

ATLETISMO

16 >

NOAH LYLES CORRE CON COVID LOS
200 METROS PLANOS, GANA EL BRONCE
Y SE DESPLOMA EN LA PISTA



FOTO: AFP

BOXEO

11 >

MARCO VERDE SUEÑA CON EL ORO,
HOY VA EN LA GRAN FINAL

FINAL
BOXEO
71 KG

MARCO VERDE VS.
ASADKHUJA M.

13:30
HORAS

FOTO: LUIS GARDUÑO / ENVIADO

¡LEE
AQUÍ! TU SUPLEMENTO
regreso
A CLASES

Válido en EDMX y Área Metropolitana

esto

EL DIARIO DE LOS DEPORTISTAS

DOBLETE HISTÓRICO

OSMAR OLVERA PLANTA CARA A LOS CHINOS PARA CONQUISTAR EL BRONCE EN EL TRAMPOLÍN
DE 3 METROS; ES EL PRIMER MEXICANO EN LOGRAR DOS MEDALLAS EN UNOS JUEGOS DESDE
1984; EL CLAVADISTA RECIBE UNA BECA DE APENAS 3,250 PESOS MENSUALES

POR JOSÉ ÁNGEL RUEDA
FOTO: LUIS GARDUÑO
ENVIADOS



LEAGUES
CUP 2024

Caliente
caliente.mx

HORARIO	PARTIDOS 9 DE AGOSTO		LOCAL	EMPATE	VISITANTE
17:30	CINCINNATI	VS	SANTOS	-188	+320
17:30	ORLANDO	VS	CRUZ AZUL	+155	+255
18:30	TOLUCA	VS	HOUSTON	+130	+260

Recibe de regalo* \$1,000
SIN DEPÓSITO

Si apuestas \$1,000 a este parlay cobrarías: \$8,993

ESTOS HORARIOS, FECHAS Y HORARIOS PUEDEN CAMBIAR EN CUALQUIER MOMENTO. CONSULTA LOS ANTES DE PETER TU APUESTA.

*VALOR DEL REGALO SELECCIONADO POR CALIENTE. SE PUEDE DESCONTAR EL IMPORTE DE LAS APUESTAS. LAS APUESTAS DEBEN SER HECHAS ANTES DE LAS 23:59 HRS. DEL DÍA ANTERIOR AL DÍA DE LA APUESTA. SE APLICAN LAS REGLAS DE LOS JUEGOS DE LOS EQUIPOS PARTICIPANTES. SE APLICAN LAS REGLAS DE LOS JUEGOS DE LOS EQUIPOS PARTICIPANTES.

BAJA LA
APP EN
caliente.mx



App Store

Se situó en la segunda posición, entre los dos representantes chinos, después de la segunda ronda de saltos.



ESTÁ CERCA DE CUMPLIR SU PROMESA

ALCANZA SUS SUEÑOS

VIERNES 9 DE AGOSTO

GOLF (INDIVIDUAL FEMENIL)

TERCERA FASE
MARÍA FASSI

01:00 HORAS

CLAVADOS (PLATAFORMA 10M VARONIL)

PRELIMINARES

Randall Willars
Kevin Berlin

02:00 HORAS

ATLETISMO (800M VARONIL)

SEMIFINAL

Jesús Tonatli López

03:30 HORAS

PENTATLÓN MODERNO (INDIVIDUAL VARONIL)

SEMIFINAL

Emilio Hernández
Dulio Carrillo

05:00 HORAS

CICLISMO EN PISTA (VELOCIDAD FEMENIL)

CLASIFICACIÓN

Yuli Verdugo
Daniela Gaxiola

06:00 HORAS

CLAVADOS (TRAMPOLÍN 3M FEMENIL)

FINAL

Alejandra Estudillo

07:00 HORAS

NATACIÓN ARTÍSTICA (DUO)

RUTINA TÉCNICA

Nuria Diosdado
Joana Jiménez

11:00 HORAS

BOXEO (71KG VARONIL)

FINAL

Marco Verde
vs.
Asadkhujay Muydinkhujaev

13:30 HORAS

SÁBADO 10 DE AGOSTO

TAEKWONDO (80KG VARONIL)

OCTAVOS DE FINAL

Paivou Gómez
vs.
Carlos Sansores

01:20 HORAS

PENTATLÓN MODERNO (INDIVIDUAL FEMENIL)

SEMIFINAL

Mayan Oliver

02:00 HORAS

Ahora buscará la presea dorada

París.- Cuando Osmar Olvera dice algo suele cumplirlo. El clavadista mexicano logró su objetivo de dos medallas en los Juegos Olímpicos de París 2024, una de plata y otra de bronce, y ahora lanzó la advertencia de que en la edición de los Los Ángeles 2024 buscará el oro que le falta.

"Sí se puede. Tengo cuatro años para lograrlo. Me voy a preparar de la mejor forma posible para lograr ese sueño en Los Ángeles. Ya tengo bronce y plata. Me falta el oro y obviamente que lo buscaré", dijo el clavadista.

Osmar valoró el hecho de superar la barrera de los 500 puntos.

"Hubo clavados que sí pude mejorar, pero al final se logró el objetivo que era llegar a 500 puntos. Pero sí quiero pelear



El joven de 20 años se dijo satisfecho por superar la barrera de los 500 puntos.

por el oro debo mejorar esos detalles", dijo el clavadista, quien inició bien su ronda de seis clavados, pero una mala entrada en el tercero lo apartó de la pelea por el oro.

"Era el clavado clave, le dediqué toda mi preparación y no salió como yo quería"

Osmar logró pelearles de tú a tú a los competidores chinos.

"Saben que estoy ahí, peleándoles, que todavía estoy joven y que me queda un ciclo más donde lo voy a hacer mucho mejor", dijo. / JOSÉ ÁNGEL RUEDA / ENVIADO

OSMAR OLVERA GANÓ EL BRONCE EN TRAMPOLÍN 3 METROS, SU SEGUNDA MEDALLA EN PARÍS 2024

POR JOSÉ ÁNGEL RUEDA
ENVIADO

esto EN París.— Alguna vez, el escritor Eduardo Galeano buscó explicar el valor de la utopía y lo inexplicable que supone aferrarse a algo que parece imposible. "La utopía está en el horizonte. Camino dos pasos y ella se aleja dos pasos. Por mucho que camine nunca la alcanzaré. Entonces, ¿para qué sirve la utopía? Para eso sirve, para caminar".

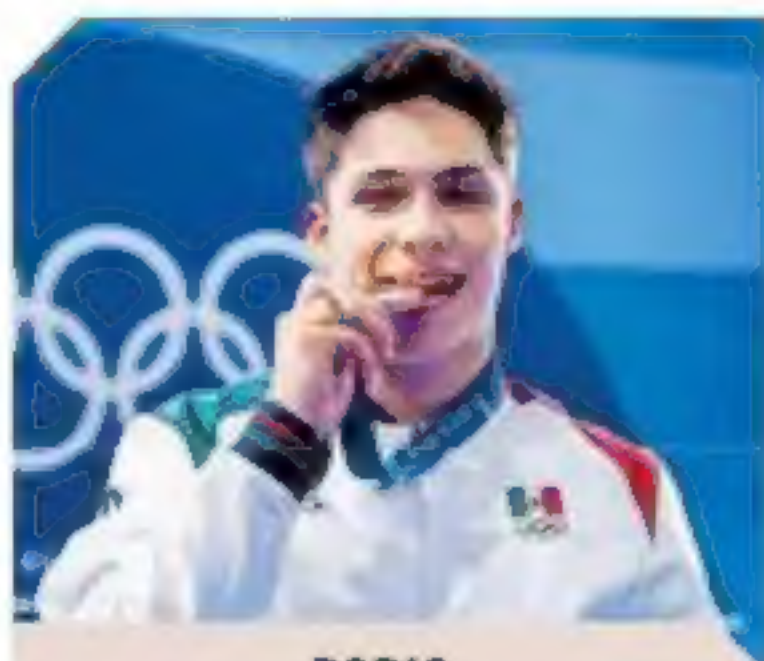
La idea funciona a la perfección para expresar la carrera frenética que el clavadista mexicano Osmar Olvera ha emprendido con la firme idea de ganarle a los chinos, algo parecido a una utopía dentro de los Juegos Olímpicos de París 2024, pero que lo ha llevado a ganar la medalla de bronce y a acercarse, cada vez más, al gran sueño de su vida.

Cuenta su papá, el coach Sergio Olvera, que una vez, cuando tenía sólo ocho años, Osmar se acercó a él y le pidió tener una plática de hijo a padre. Entre los cientos de posibilidades que suponía aquella plática, todo se redujo a que Osmar quería irse a entrenar al Consejo Estatal para el Fomento Deportivo Jalisco (CODE). Si convencía a su mamá, prometía algún día ganarle a los chinos.

Aquella convicción ha potenciado su carrera a un ritmo vertiginoso. Osmar pasó de ser la joven promesa en los Juegos Olímpicos de Tokio 2020 a una realidad en París 2024.

La carga que todo esto supone sólo puede soportarse por alguien que nació destinado a hacerlo.

Osmar llegó a la prueba individual del trampolín de 3 metros impulsado por la medalla de plata que ganó junto a Juan



PODIO

SIYI XIE CHINA 543.60 PTS	ZONGYUAN WANG CHINA 530.20 PTS	OSMAR OLVERA MÉXICO 500.40 PTS



Osmar es muy joven, con movimientos difíciles, por lo que a medida que crezca y tenga más experiencia, ganará cada vez más. Esperamos verlo desafiarnos mejor"

WANG ZONGYUAN
CLAVADISTA CHINO



Me voy a preparar de la mejor forma posible para lograr ese sueño en Los Ángeles. Ya tengo bronce y plata. Me falta el oro y obviamente que lo buscaré"

OSMAR OLVERA
CLAVADISTA MEXICANO

3

PODIOS CONSECUTIVOS EN UNA GRAN COMPETICIÓN ACUMULA EL MEXICANO

Celaya en los sincronizados. Tuvo un inicio vertiginoso, con dos clavados que le permitieron seguirles el pulso a Xie Siyi y Wang Zongyuan.

Un tercer clavado ligeramente rodado, sin embargo, relegó al mexicano en esa lucha y de ver para arriba tuvo que voltear a ver el bronce.

Las cosas de los clavados hicieron que inmediatamente un turno después, el británico Jack Laugher fallara su clavado y saliera por completo de la contienda.

Osmar, entonces, conocido por ese fuego en la mirada que se prende cuando enfrenta la soledad del trampolín, retomó su rumbo.

El clavadista mexicano también es conocido por su obsesión al trabajo, el tino de repetir infinitas veces un clavado hasta que salga.

El mexicano decidió reservar su mejor repertorio para el final. Los saltos con mayor grado de dificultad. Osmar Olvera remontó la desventaja que los chinos habían sacado y dos ejecuciones contundentes lo regresaron a la pelea por un lugar más alto en el podio.

En quinto salto, Olvera sumó un total de 98.80 unidades, puntuación suficiente para enloquecer cualquier clasificación.

Ya en el sexto, Osmar respiró hondo, mientras los gritos de México hacían de París su tierra. Un clavado de 93 unidades le aseguró el podio. Lo sabía, por eso cuando salió del agua se abrazó con su entrenadora Ma Jin y volteó a ver a la grada antes de levantar los brazos.

En su sueño de igualar o superar las cuatro medallas de Joaquín Capilla, Osmar ya lleva dos. Sus 20 años de edad lo potencian como un clavadista histórico, aquel que camina y que pronto alcanzará.



Un leve error en su tercer salto, un triple mortal y medio hacia atrás, le impidió asegurar la plata.

EL VAR DE TRINO



@TRINOMONERO TRINO

Tuvieron que pasar 40 años para que México tuviera doble medallista en unos Juegos Olímpicos.



Da resultados pese a raquítica beca

París.- Se dio a conocer que la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (Conade) le ha otorgado un apoyo económico al clavadista Osmar Olvera, doble medallista en los Juegos Olímpicos de París 2024, por 156 mil pesos en los cuatro últimos años, es decir, un promedio de 3 mil 250 pesos mensuales.

Fue la Unidad de Transparencia la que justo el día de ayer dio a conocer dicha información, en respuesta, según indicó el órgano, a una petición con número de folio 330008524000288 que se le había hecho llegar por medio del sistema de solicitudes de información de la Plataforma Nacional de Transparencia.

"Se solicita conocer cuál es la cantidad de dinero que Osmar Olvera ha recibido

por concepto de beca deportiva durante los cuatro últimos años", fue la pregunta que se le realizó al organismo gubernamental y que respondió el 5 de agosto.

"Sobre el particular, se hace de su conocimiento la respuesta ante la solicitud de información requerida por el solicitante, concerniente al deportista Osmar

Olvera, mencionando que durante los cuatro últimos años se le ha otorgado un apoyo económico por concepto de beca económica deportiva por un monto de \$156,000.00 (Ciento cincuenta y seis mil pesos 00/100 M. N.), informó.

Debido a conflictos internos que se viven en el seno de la Federación Mexicana de Natación (FMN),

que ya fue desconocida por la Conade, los atletas de deportes acuáticos dejaron de percibir sus respectivas becas del gobierno federal, incluidos los clavadistas.

Algunos ya las han podido recuperar, como son los casos de las integrantes de natación artísticas quienes, a través de un amparo, lograron que se les regresara la

prestación, mientras que otros están en proceso de recuperarlas.

Olvera cuenta con dos preseas en París 2024. Logró la medalla de plata en clavados sincronizados junto a Juan Celaya, además de que obtuvo el bronce en la prueba individual de trampolín desde 3 metros. / JUAN ANTONIO DÁVALOS / ENVIADO

3,250

PESOS

MENSUALES ES LO QUE RECIBE OSMAR OLVERA POR PARTE DE LA CONADE

SABE QUE NECESITA TRABAJAR

APUNTA AL ORO OLÍMPICO

MA JIN ASEGURÓ QUE OSMAR OLVERA TIENE MUCHAS POSIBILIDADES DE IMPONERSE EN LOS ÁNGELES 2028

POR JOSÉ ÁNGEL RUEDA / ENVIADO



París.- Costó mucho trabajo, de acuerdo a las palabras que la china Ma Jin le dijo al clavadista mexicano Osmar Olvera una vez que el joven de 20 años ganó el bronce en la prueba de trampolín desde 3 metros de los Juegos Olímpicos de París 2024, pues en el podio, ambos vieron cumplir sus sueños o al menos, parte de ellos, ya que el oro aún está pendiente para ambos.

"Desde chiquito Osmar trabaja conmigo y ya tiene confianza: desde chiquito su familia lo dejó trabajar conmigo y hay mucha confianza. Su técnica ya es parecida a la de los chinos y él tiene como meta ganarles, entonces cuando llegó a mi equipo me dijo que me falta un oro olímpico y quiere ganarlo conmigo. Hoy quedó cerca, pero con más trabajo lo puede lograr", dijo la entrenadora china, al terminar la competencia.

Ma Jin sabe perfectamente que la técnica de Osmar Olvera se ha perfeccionado con los años, pero es consciente de que, si

desean el título olímpico, aún falta mucho trabajo por hacer.

"Yo trabajaba en la selección de china, sé cómo trabajan y su nivel, por eso a los muchachos siempre les digo que falta. El otro día en los sincronizados estuvieron muy cerca y sí me duele que falte muy poco para alcanzar a los chinos, pero son años de distancia. El chino siempre quiere tirar cada competencia mejor", señaló.

Por último, Ma Jin reconoció que quiere llegar a los próximos Juegos Olímpicos de Los Ángeles 2028 con Osmar, y juntos trabajaran para cumplir el sueño o mejor dicho, la promesa.

"Osmar tiene la meta en medalla de oro, ya tiene el bronce y la plata y seguro me va presionar para llegar a su meta en Los Ángeles", aseguró.

Ma Jin reconoció que el tercer clavado, de la rutina de Osmar, es el que más les costó en París 2024.

"Esos clavados atrás son los que debemos trabajar. Lo hacemos, pero sí falta. Estoy preocupada, es trabajo de gimnasio seco y agua. Hoy el calentamiento mejoró, tiene que ser más constante y regular para ir por el oro", concluyó.

Orgullosos con el gran papel de su hijo



Me siento muy contenta, agradecida con toda la gente que estuvo aquí en la práctica. Muchas gracias por el apoyo, soy mamá de un medallista olímpico por partido doble"

MAYANIN IBARRA
MAMÁ OSMAR OLVERA

París.- El nombre de Osmar Olvera será bien recordado, no sólo por los mexicanos, sino también para todos aquellos deportistas debido a que su esfuerzo y dedicación por buscar siempre el éxito lo caracterizaron para competirle a China durante los Juegos Olímpicos de París 2024, en los que en más de una ocasión deslumbró con su gran técnica, poniéndolo en lo más alto con sus medallas tanto de bronce como de plata.

Tras su logro, quienes se mostraron contentos por la hazaña fueron sus papás, quienes en exclusiva para el ESTO confesaron sentirse orgullosos del clavadista, además de que en todo momento le demostraron su apoyo a Osmar, quien logró meterse entre los mexicanos con más medallas en unos Juegos Olímpicos.

FOTO: LUIS GARDUÑO / ENVIADO



Desde chiquito trabaja conmigo (Osmar Olvera) y ya tiene confianza. Su técnica ya es parecida a la de los chinos y él tiene como meta ganarles"

MA JIN
ENTRENADORA
OSMAR OLVERA

La entrenadora del mexicano resaltó que estuvieron cerca de cumplir un objetivo en común.

Obrador: recibirá más recompensa

Bien y de buenas. Así calificó Andrés Manuel López Obrador, presidente de México, la participación de mexicanos en los Juegos Olímpicos de París 2024, sobre todo por la doble medalla para el clavadista Osmar Olvera, quien se colgó la plata en sincronizados y el bronce en la competencia individual.

"Estoy contento, tan contento que fíjense lo que les voy a informar: Osmar Olvera acaba de ganar otra medalla de bronce en trampolín de tres metros, o sea, él ya lleva dos, estamos bien y de buenas", aseguró.

Sobre los montos económicos que recibirán los mexicanos que ganen una medalla, provenientes del gobierno de Estados Unidos tras haber devuelto 32 millones de dólares al Instituto para Devolver al Pueblo lo Robado (INDEP), producto de la recuperación obtenida en el caso de Héctor Villarreal Hernández, ex secretario de Finanzas de Coahuila, el mandatario afirmó que lo hecho por Olvera tendrá más recompensa.



Osmar Olvera se va a rayar, ya tenemos ahí apartado. Vamos a esperar cuántas medallas en total se van a obtener y se les entrega a todos"

ANDRÉS MANUEL
LÓPEZ OBRADOR
PRESIDENTE MÉXICO

"Uy se va a rayar, ya tenemos ahí apartado. Vamos a esperar cuántas medallas en total se van a obtener y se les entrega a todos. Claro a los que ganan medallas se les da un poco más, pero ya está. Esto es México", afirmó.

Al mandatario se le cuestionó si podría gestionar la beca que le da la Comisión Nacional del Deporte (Conade) y fue claro al respecto.

"Todos tiene becas, ellos están, creo, es cosa que yo lo confirme, apoyados por la Secretaría de la Defensa. Y una vez que regrese todo el grupolo vamos reunir aquí y se les da un apoyo, una recompensa", aseveró. / RUBÉN BERISTÁIN

Habrà más dinero de la iniciativa privada

Una recompensa de más de 2 millones de pesos, aproximadamente, es la que le esperaría a Osmar Olvera por ser doble medallista en París 2024.

De acuerdo al Diario Oficial de la Federación, la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (Conade) debe otorgar un millón de pesos a los medallistas de bronce; 2 millones a los que obtengan plata y 3 millones a los de oro.

Olvera sólo puede cobrar el premio más alto, es decir la del segundo lugar ganado en equipo con su compañero Iuan Celaya, que tendrá que dividirse.

La iniciativa privada también prometió premios para los medallistas en París 2024. La bolsa que podría acumular Osmar Olvera puede ser de más de un millón de pesos.

Aunque no aclararon si el premio podría dividirse si la medalla era en conjunto, la Fundación Telmex, del empresario mexicano Carlos Slim, prometió un premio de 250 mil pesos para los que logran la preseña de plata. Además por cada medalla de bronce también anunciaron que otorgarán 100 mil pesos.

Por su parte las Farmacias Similares, del Doctor Simi, también repartirán estímulos económicos a los medallistas. Ellos prometieron 500 mil pesos a los ganadores de plata, y se analizará su caso por ser medalla en equipo, y 200 mil pesos para los de bronce. / RUBÉN BERISTÁIN

"Me siento muy contenta, muy agradecida con toda la gente que estuvo aquí en la práctica; fue una sensación increíble, gracias por el apoyo, soy mamá de un medallista olímpico por partida doble", señaló Mayanin Ibarra, madre del deportista.

De igual manera destacó las bases del éxito de su hijo, pues una de las razones fue que en todo momento recibió el apoyo tanto de ella como su padre para que Osmar pudiera cumplir tanto en los entrenamientos como en otros aspectos de su vida como en las tareas tanto de la casa como de la escuela.

"Creo que ha sido mucho compromiso tanto de su parte como de la nuestra, tal vez con decirle que vamos a entrenar o tenemos que hacer tareas y él siempre es-

tuvo comprometido en dar el 100% durante sus entrenamientos", mencionó.

Además, Sergio Olvera, el padre de Osmar, no sólo se mostró contento por el logro de su hijo, quien, a pesar de haber ganado la medalla de bronce, destacó que ahora el siguiente objetivo deberá enfocarse en el próximo proceso olímpico para así vencer a los chinos en la edición de Los Ángeles 2028.

"Hemos platicado mucho con él, hemos tratado de ponerle todos los escenarios, siempre hemos tratado de que tenga los pies sobre la tierra y es un gran niño. Hijo, para mí eres el campeón y bueno, empieza el proceso para el próximo ciclo que para Los Ángeles te vas a tragar a los chinos", dijo. / JOSÉ ÁNGEL RUEDA / ENVIADO

6
MEXICANOS HAN OBTENIDO DOS O MÁS MEDALLAS EN UNA EDICIÓN DE LOS JO

MÁXIMOS MEDALLISTAS MEXICANOS

▶ **Joaquín Capilla**
Clavados
4 medallas
Londres 1948: bronce
Helsinki 1952: plata
Melbourne 1956: oro y bronce

▶ **Humberto Mariñes**
Ecuestre
3 medallas
Londres 1948: dos oros y bronce

▶ **María del Rosario Espinoza**
Taekwondo
3 medallas
Beijing 2008: oro
Londres 2012: bronce
Rio 2016: plata

▶ **Rubén Uriza**
Ecuestre
2 medallas
Londres 1948: oro y plata

▶ **Joaquín Pérez**
Ecuestre
2 medallas
Moscú 1980: dos bronce

▶ **Raúl González**
Atletismo
2 medallas
Los Ángeles 1984: oro y plata

▶ **Germán Sánchez**
Clavados
2 medallas
Londres 2012: plata
Rio 2016: plata

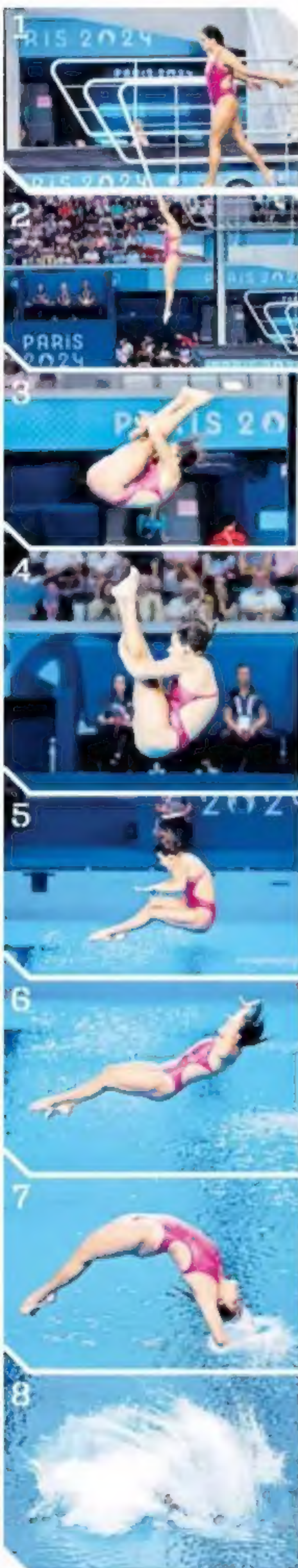
▶ **Paola Espinosa**
Clavados
2 medallas
Beijing 2008: bronce
Londres 2012: plata

▶ **Alejandra Orozco**
Clavados
2 medallas
Londres 2012: plata
Tokio 2020: bronce

▶ **Osmar Olvera**
Clavados
2 medallas
París 2024: plata y bronce

LA PESADILLA

La secuencia de una pesadilla para la clavadista mexicana Aranza Vázquez, quien perdió el control de su clavado, cayó de espaldas y no peleará medalla en París.



FOTOS: LUIS GARDUÑO / ENVIADO



La frustración se derramó en lágrimas en la clavadista mexicana.

ARANZA VÁZQUEZ, ELIMINADA

Clavado fallido y llanto

UN ERROR TERMINA CON EL SUEÑO DE LA CLAVADISTA MEXICANA EN LAS ALBERCAS DE PARÍS

POR JOSÉ ÁNGEL RUEDA
ENVIADO



La sensación que define lo que ocurrió con la clavadista Aranza Vázquez en el Centro Acuático es como aquella que queda después de un balde de agua helada. La mexicana saltaba con tranquilidad rumbo a la final olímpica en el trampolín de 3 metros, cuando de pronto, un clavado fallido en la cuarta ronda la mandó al fondo de la clasificación en la competencia.

Fue un momento de descontrol el que se vivió en la fosa. Aranza se paró en el trampolín, inició su recorrido, pero algo en el camino le impidió tomar altura. La mexicana aún buscó realizar sus vueltas, pero cayó completamente acostada.

Apenas salió del agua, la mexicana levantó la mano y pidió la intervención de los jueces, con la intención de repetir el salto. Aranza se acercó con el juez principal y explicó su molestia, sin embargo, después de unos minutos de revisión, finalmente determinaron que su petición no procedía. En la pizarra, la acumulación de ceros terminó con su esperanza de cla-



Aranza explica a un juez el motivo de la distracción.

EL DATO

FUE SEXTA EN TOKIO 2020

Aranza Vázquez no pudo siquiera igualar su sexto lugar en la final de esta prueba, sacado en los anteriores juegos de Tokio 2020.

sificar a la final de este viernes. De acuerdo a las primeras versiones, antes de realizar su ejecución Aranza Vázquez escuchó un ruido que la sacó de concentración. De acuerdo a las reglas, sin embargo, la

clavadista debió detener su marcha y argumentar ante los jueces lo ocurrido. Como no fue así, la petición no procedió. Esto también generó que el clavado fuera calificado con cero, dado que la mexicana no lo aceptó. Tras la decepción, la clavadista sólo se puso sus audífonos y se fue a la parte trasera de la alberca. Aranza todavía encontró la fuerza para regresar y tirar un último clavado lleno de valor. Una vez finalizada su ejecución, la mexicana se abrazó con su entrenador y rompió en llanto. Un solo error costó el sueño de una final olímpica y una eventual medalla. Aranza abandonó el centro acuático sin dar declaraciones a los medios.

Ale Estudillo, en camino a medalla

La clavadista Alejandra Estudillo se ha convertido en una de las grandes historias de los Juegos Olímpicos de París 2024. La mexicana fue de las últimas en sumarse a la delegación y ahora está instalada en la gran final del trampolín de 3 metros. Consciente de que en esa instancia todo puede pasar, la joven atleta sabe que el tema de la medalla, algo que hasta entonces parecía imposible, está en el panorama.

EL DATO

BRONCE

Apenas este año Alejandra Estudillo ganó la medalla de bronce en el Mundial de Clavados de Doha, Qatar. Buen aliciente para hoy.

parte de la que estoy aquí, creo que eso es lo que me ha hecho estar más tranquila", agregó la mexicana. Si en las preliminares la mexicana alcanzó a meterse por muy poco, en las semifinales fue de las protagonistas. Estudillo finalizó en quinto lugar, con un total de 317.05.

"Fui otra persona completamente, con más confianza, con más seguridad y estoy muy feliz y disfruté cada clavado, cada momento", aseguró. La mexicana se vio muy segura en cada una de sus ejecuciones, con el temple de una experimentada, y no de alguien que vive por primera vez una experiencia olímpica.

"Yo normalmente no volteo a ver en qué lugar voy, yo sólo hago lo mejor que puedo, y pues sí, confío mis clavados", dijo.

en mí y en mis clavados", dijo.

"Ya fue un paso más, estoy muy feliz y mañana (hoy) obviamente a disfrutarlo, creo que estoy dentro de una final olímpica y es lo que queda por hacer, disfrutarlo y hacer lo que sé hacer", agregó.



Estudillo se clasificó a la final, donde espera sacar la casta.

DE LA PLATAFORMA AL TRAMPOLÍN

La mayor parte de su carrera, Ale Estudillo la ha dedicado a perfeccionar sus saltos desde la plataforma, fue en trampolín, sin embargo, donde se abrió la oportunidad de competir en sus primeros Juegos Olímpicos. "No me gusta decir que trampolín no es mi prueba, porque sería una excusa y no me gusta excusarme, pero si

prefiero plataforma, plataforma siento que puedo fluir, puedo ser yo, estoy mucho más tranquila, siento que literal es donde mejor lo hago, pero siguen siendo clavados, lo cual se me hace un poco más difícil como tener ese ritmo, esa paciencia que hay que tener en trampolín, pero esto me ayuda para mi futura carrera, también para plataforma", dijo. / JOSÉ ÁNGEL RUEDA

[illegible]



Por Adjudicación
Acumulada

1
CLIENTES
TOTALES

Por Adjudicación con Anticipación
y Entrega Garantizada

25
CLIENTES
TOTALES

Para consultar con el detalle de los
Actos de Adjudicación,
visitar

<https://www.licitaciones.cl/licitaciones/licitaciones/licitaciones>

¡ESTRENAR ES COSA FÁCIL!

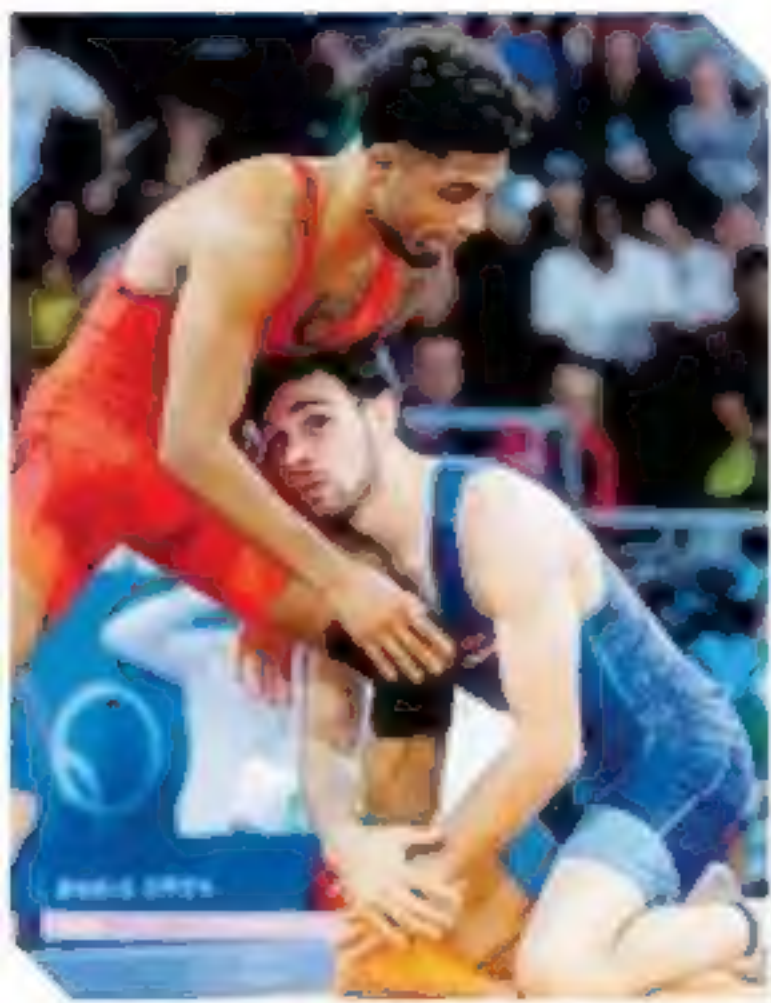
Por Adjudicación Acelerada

GPQ	INT	CLIENTE	ESTATUS
7815	1	LUNA ZEPEDA MIGUEL ANGEL	ADJUD. PROP

Por Adjudicación por Antigüedad y Entrega Garantizada

GPO	INT	CLIENTE	TIPO ADJ
5730	27	VAZQUEZ OHLMAIER NADIA	ANTIGÜEDAD
5776	26	GUERRA BERNAL CRUZ	ANTIGÜEDAD
5780	52	SANCHEZ RAMIREZ WILLIAMS	ANTIGÜEDAD
5786	19	TRIUNFO HERNANDEZ ELISEO TRINIDAD	ANTIGÜEDAD
5786	33	LOPEZ TOSCA RUBEN	ANTIGÜEDAD
5786	42	ALVAREZ BAUTISTA ELBA JOELIA	ANTIGÜEDAD
5786	47	SANCHEZ OVANDO ROSA MARIA	ANTIGÜEDAD
5788	6	RIVAS MARIN ABRAHAM ISMAEL	ANTIGÜEDAD
5788	10	ARIZMENDI RODRIGUEZ GALVELIA EUNICE	ANTIGÜEDAD
5788	22	RAIGOSA COB RODRIGO MICHEL	ANTIGÜEDAD
5788	45	AVALES JERONIMO PERLA DEL CARMEN	ANTIGÜEDAD
5790	14	COUTILO RUIZ AYMER	ANTIGÜEDAD
5792	1	RAMIREZ CHANG MAYRA	ANTIGÜEDAD
5792	7	CRUZ GALVEZ JULIO CESAR	ANTIGÜEDAD
5792	11	MONTES CANCINO DAVID	ANTIGÜEDAD
5792	19	RAMIREZ ESTRADA CHRISTIAN JONATHAN	ANTIGÜEDAD
5794	21	ROMO MORA SANDRA	ANTIGÜEDAD
5794	24	HERRERA LARA JUANA LETICIA	ANTIGÜEDAD
5808	1	RODRIGUEZ PARRA HOMERO	CUOTAS ANTICIPADAS
5808	3	CASTILLO JIMENEZ GERMAN JOSE	CUOTAS ANTICIPADAS
5808	6	PEREZ JIMENEZ CARLOS FRANCISCO	CUOTAS ANTICIPADAS
5810	40	LOYA JUAREZ JUAN PABLO	CUOTAS ANTICIPADAS
5811	1	ALMAGUER GONZALEZ YESENIA EDITH	CUOTAS ANTICIPADAS
5811	2	ALVARO GOMEZ MARIA DE LOS ANGELES	CUOTAS ANTICIPADAS
5811	3	CASTILLO RAMIREZ ROGELIO	CUOTAS ANTICIPADAS

[illegible]



Bravo Young fue dominado por Harutyunyan quien era marcado como favorito.

Debut de pesadilla para Román Bravo

PARÍS.- El mexicano Román Guillermo Bravo perdió en su debut en los Juegos Olímpicos de París 2024, después de que su rival, el armenio Arsen Harutyunyan, obtuvo la victoria por superioridad tras imponerse 13-3, dentro del evento de lucha que se realiza en el Campo Marte.

Bravo Young fue dominado por Harutyunyan quien era marcado como favorito debido a sus más recientes resultados internacionales.

Y aunque Román tenía la esperanza de acceder al repechaje, dependía de que Arsen continuara avanzando, algo que no sucedió ya que en su combate de cuartos de final, el armenio sucumbió con Gulomjon Abdullaev de Uzbekistán.

De esta forma, se dio la prematura eliminación del mexicano de quien se tenía la esperanza de que estuviera en las finales debido a los buenos resultados obtenidos en las últimas competencias.

Bravo Young obtuvo la medalla de oro en el Abierto de Luchas Asociadas Polonia 2024 que se disputó el pasado 25 de junio y que fue la última competencia antes de que arrancara a justa olímpica.

Consiguió su boleto al evento que se realiza en la capital francesa durante el Clasificador Panamericano de la especialidad; lo logró después de que derrotó 14-4 al colombiano Óscar Urbano en semifinales. Aún resta la participación de otro mexicano, Austin Klee Gómez, quien se tiene contemplado que luche este fin de semana en los 65 kilos. México no consigue una medalla en olímpica en lucha desde que Daniel Aceves en Los Ángeles 1984. / JUAN ANTONIO DÁVALOS / ENVIADO

800 METROS PLANOS

Domina en el repechaje

EL MISMO TONATIU LÓPEZ SE SORPRENDIÓ CON SU TIEMPO EN LA PRUEBA Y HOY VA POR SU PASE A LA FINAL

POR JUAN ANTONIO DÁVALOS
ENVIADO



De principio a fin, las dos vueltas que dura la prueba de los 800 metros, Tonatiú López dominó las acciones. El mexicano lo dio todo en el repechaje con tal de seguir vivo en los Juegos Olímpicos de París 2024, su tiempo de 1:45.13 no solo sorprendió a sus oponentes, sino también a él mismo.

"Yo estaba viendo para la pantalla, toda la última recta, cerrando, en ningún momento bajar la guardia. Y ya veía que los contrincantes estaban ahí, 'a la madre', ¿cuándo van a cerrar estos? Porque se cierran muy duro. Y no, ya faltando unos 20 metros, ya no daban para que me rebasaran, no solté el ritmo, no solté el pie del acelerador, la verdad, no esperaba esta carrera", dijo el corredor mexicano.

"Era matar o morir, o sea, era primero o nada. Entonces, era salir a hacer mi carrera, al final del ritmo se me hizo suficiente para liderar toda la carrera"



Era matar o morir, o sea, era primero o nada. Entonces, era salir a hacer mi carrera, al final del ritmo se me hizo suficiente para liderar toda la carrera"

TONATIU LÓPEZ
CORREIXIN

rrera, al final del ritmo se me hizo suficiente para liderar toda la carrera. Muy contento, la carrera de ayer me sirvió para soltar un poquito las piernas. Obviamente no era lo ideal, correr dos veces antes de la semifinal. Pero bueno, ya pasó. A darle la vuelta a la página, descansar y esperamos para mañana en la tarde", agregó.

Tona buscará este viernes su pase a la



FOTO: LUIS GARDUÑO / ENVIADO

final de la prueba. El momento de cumplir su sueño se repite una y otra vez en su mente. "Yo creo que todos soñamos eso. Digo, cada quien de su trinchera. Cada deportista quiere su final. Así como yo quiero la mía. Y pues bueno, qué mejor que cumplirla. Obviamente es complicado como todo. Pero bueno, nosotros vamos a estar ahí empujando para buscarla. Y obviamente, buscando la final



Janeth cierra el ciclo y ahora sólo piensa en iniciar un nuevo proceso de cara a Los Ángeles 2028.

Janet obtiene diploma olímpico

Una falla en su primer intento le impidió a la halterista mexicana Janeth Gómez concluir en un mejor puesto, pero abandonó la París Sur Arena contenta con el octavo lugar que consiguió y que le permitió alcanzar un diploma olímpico.

Rechazó que los nervios le hayan afectado en su rendimiento "ya estando aquí en la tarima, me dije 'tienes que disfrutarlo' y me encomendé a Dios. Lo que pasó en ese levantamiento fue que, donde yo escuché, ¡Levántalo ya, te faltan tres segundos! fue como que no pensé, no me acomodé, y solo quise levantarlo porque fue la orden de mi entrenador, entonces como que en automático fue en el límite del tiempo".

Gómez Valdivia levantó un total de 217 kilogramos, con 95 kg en el arranque y 122

kg en el envión y, de esta forma, concluyó su participación en la justa veraniega.

"Me siento bendecida por Dios, conseguí el diploma olímpico y voy aprendiendo para el siguiente proceso, ya no voy desde cero, voy apuntando, voy tomando nota qué es lo que puedo mejorar para poder llegar a mejores condiciones para el siguiente proceso olímpico".

"Sí da cierta inquietud, temor, miedo de estar allá arriba, no sé. Impone mucho este escenario, porque no es lo mismo tener un lugar así de un mundial, la gente apoyándote, con la bandera de México, es diferente a algo como un mundial, un Panamericano, pero yo ya me iba mentalizando, dije, 'tienes que meterte en la cabeza cómo va a ser el escenario y ese escenario lo tienes que hacer para ti'".

EL DATO

FRUSTRACIÓN

De esta forma se dio la prematura eliminación del mexicano de quien se tenía la esperanza de que estuviera en las finales.



El corredor mexicano lideró toda la prueba y ahora tiene la oportunidad de buscar su pase a la final.

López se mantiene en el Top-20

París.- Las actividades del golf femenino se mantienen activas en París 2024 con las golfistas mexicanas Gaby López quien después de una buena primera ronda ayer descendió y se ubicó en el lugar 19 y María Fassi tuvo su peor actuación para quedar en el penúltimo sitio (59) teniendo una jornada de mayor complejidad desde el campo de Le Golf National.

En esta ocasión fue María Fassi quien comandó las acciones tempranas, pero no de manera fortuita. Su jornada culminó con 82 golpes y ello le desplazó al penúltimo lugar del torneo con un total de 10 golpes por arriba del par de campo. Esto fue provocado tras un back nine con dos bogeys y par de dobles-bogeys.

Por su parte, Gaby López tuvo una apertura de ronda sólida, pero tuvo que batallar a partir del hoyo 12 donde registró su primer bogey.

Esto se repetiría en dos ocasiones más y se añadió un doble-bogey a su tarjeta para finalizar con un total de 74 golpes. De esta manera, se ubica empatada en la posición 19.

La nueva líder del certamen es la suiza Morgane Mettraux, quien firmó la segunda mejor ronda del día con 66 golpes para un total de (-8). Detrás de ella se ubica Ruoning Yin (-7) y el podio lo completa la multicampeona Lydia Ko (-5). / REDACCIÓN

vamos a buscar un metal".

La estrategia de cara a la semifinal, instancia a la que llegó en Tokio, se definirá previo a la carrera. "Tendrá que ver mucho con el ritmo de carrera, teniendo en cuenta que ellos ya tienen un día de descanso. Entonces, hay que ser muy cautos. Al principio agarrar posición y todo eso", aseguró el mexicano.



Me siento bendecida por Dios, conseguí el diploma olímpico y voy aprendiendo para el siguiente proceso, ya no voy desde cero, voy apuntando"

JANET GÓMEZ
HALTERISTA

"Quién no quisiera una medalla olímpica, quién no quisiera haber dado un poco más, pero les prometo que sí, di todo de mí, todo de mí, yo dije, 'me voy a aferrar, voy a luchar', me falló en la primera, les pido perdón por eso, pero ya al final igual me amarré, aunque se me iba a ir y aunque me pesó, lo que fuera, pero pues le di con todo". / JUAN ANTONIO DÁVALOS / ENVIADO

16

SITIOS DESCENDIÓ GABY LÓPEZ EN LA SEGUNDA RONDA DEL GOLF



La golfista mexicana sigue en la batalla por un buen lugar en el golf.

EN BREVE



FOTO: REUTERS

CICLISMO

Peña, muy lejos del podio olímpico

París.- Mal día para el pedalista azteca luego de que el ciclista mexicano Ricardo Peña Salas no pudo alcanzar un lugar en la pelea por las medallas y finalizó en el lugar 21 de la prueba ómnium varonil, mientras que el francés Benjamin Thomas quien fue quien dominó la competencia ganó el oro olímpico en casa con 184 puntos, seguido por el portugués Luri Leitao con 153 unidades y el belga Fabio van den Bossche con 131 puntos. / REDACCIÓN

PENTATLÓN

Mexicanos abrieron su participación

Arrancó el Pentatlón Moderno en los JO de París 2024 con la ronda de esgrima, Emiliano Hernández registró 17 victorias y 18 derrotas, para sumar 210 puntos y ubicarse en el peldaño 21, mientras que Dullio Carrillo obtuvo 14 triunfos y 21 traspies, para cosechar 195 unidades.

En la rama femenil de esta disciplina también tocó turno de Mayan Oliver Lara, quien logró 18 victorias y 17 derrotas, se adjudicó 215 puntos, Mariana Arceo Gutiérrez sumó 12 triunfos y 23 descabros para anotarse 185 unidades. / REDACCIÓN



FOTO: ECOM

ANÚNCIATE CON NOSOTROS

SOMOS LA EMPRESA EDITORIAL MÁS GRANDE DE AMÉRICA LATINA

CONTÁCTANOS EN:

publicidad@elsoldemexico.com.mx

publicidad@esto.com.mx

publicidad@la-prensa.com.mx

publicidad@ova.com.mx



ESTAMOS EN TODOS LADOS
WWW.OEM.COM.MX



BELEM GUERRERO, ÚNICA MEXICANA CON MEDALLA OLÍMPICA

DANIELA GAXIOLA DIO LA SORPRESA AL CLASIFICAR A LA FINAL DE KEIRIN EN PARÍS 2024, LO CUAL NO OCURRÍA DESDE HACE 20 AÑOS, CUANDO BELEM GUERRERO LLEGÓ A LA MISMA INSTANCIA Y GANÓ PLATA EN ATENAS 2004. NACIDA EN CIUDAD NEZA EN 1974, GUERRERO TAMBIÉN QUEDÓ NOVENA EN ATLANTA 1996. PARA SÍDNEY 2000 FUE QUINTO Y EN ATENAS LOGRÓ SUBIRSE AL PODIO. / ELIHU LLANO



FOTO: HESPSPORT

DANIELA GAXIOLA, SEXTA E HISTÓRICA

Emoción al máximo

LA CICLISTA SINALOENSE DESTACA AL SER LA ÚNICA DE LATINOAMÉRICA EN LA FINAL DEL KEIRIN FEMENINO

POR JOSÉ ÁNGEL RUEDA
ENVIADO

ESTO EN París.- La ciclista mexicana Daniela Gaxiola consiguió un histórico sexto lugar en la prueba keirin femenil en ciclismo de pista durante los Juegos Olímpicos París 2024, resultado que por primera vez se da para una pedalista nacional y latinoamericana en esta prueba desde que debutó en la edición de Londres 2012.

Tras la salida de la motocicleta, la de Culiacán lideró al grupo por gran parte de la competencia; sin embargo, en la vuelta final el ritmo bajó de forma considerable y en contraste, sus contendientes apretaron la pedaleada para superarla y rezagarla en la última plaza de la competencia.

Al final, la mexicana registró +0.457, mismo que no fue suficiente para competir por el podio que integraron Ellesse Andrews, de Australia; Hetty van de Wouw, de Países Bajos, y Emma Finucane, de Gran Bretaña, quienes se colgaron el oro, plata y bronce, respectivamente.



Daniela Gaxiola lideró las primeras vuelta de la competencia y dio ilusión a todo México.

FOTO: AFP

20
AÑOS TENÍA SIN
MEXICANAS EN
LA FINAL

Con su actuación, Gaxiola sentó las bases para las futuras pedalistas mexicanas, pues demostró su calidad, misma que está al nivel de las mejores del mundo y con base en el trabajo de día a día puede alcanzar los objetivos.

Ahora, la ciclista culichi tendrá que hacer inmediatamente cambio de chip, pues volverá a la actividad este viernes cuando enfrente la clasificación de velo-

cidad femenina junto a Yuli Verdugo en el velódromo Saint-Quentin-en-Yvelines.

Con París 2024, Gaxiola suma sus segundos Juegos Olímpicos, su debut se dio en Tokio 2020, en el que había quedado en sexto lugar en la prueba por equipos, acompañada de Yuli Verdugo, mientras que en la modalidad de Keirin quedó en decimoprimer y en la categoría de velocidad fue decimotercera.



Daniela y Antonieta Gaxiola llevan la misma pasión en la sangre.

FOTO: ANTONIETA GAXIOLA

Antonieta se siente inspirada por su hermana

París.- El sueño de la familia Gaxiola está marcado en el calendario. Los Ángeles 2028 podrían marcar un antes y un después para las ciclistas mexicanas. Daniela compitió en la final en París 2024 y Antonieta sueña medalla.

"Sé que Dani lo hizo bastante bien, propuso, hizo lo que tenía que hacer en la carrera, estuvo adelante, se vio valiente y guerrera, eso es lo que me quedo con ella, para mí es la campeona, y todo está por décimas de segundos, es por esas décimas de segundo que se va la medalla", señaló. Se llenó de sentimiento al saber que su

hermana estaba entre las mejores. "Bueno, es un sueño, viéndola en su mejor versión, dándole todo por su país, es mi misión apoyarla en todo lo que ella haga, verla hoy, estando en la pista, llegar a la final, fue un sueño para mí también".

El objetivo está marcado. "Está el sueño de Los Ángeles, de estar compitiendo juntas en los Juegos Olímpicos, es un sueño, ojalá se logre".

El apoyo no solamente llegó desde México. "Todos venimos desde México, desde Canadá, todos para apoyar a Dani", cerró. / JOSÉ ÁNGEL RUEDA / ENVIADO

Pedalea con miras a Los Ángeles 2028

París.- Más allá de sentirse decepcionada por quedar sexta, Daniela Gaxiola mostró su orgullo por lo que hizo en París 2024. La ciclista mexicana confirmó que la escuadra nacional tiene todo para estar en lo más alto y desde ya trabaja para Los Ángeles 2028.

"Estamos en el nivel que debemos estar, en el nivel que nos merecemos, entre las mejores del mundo, si estamos en algo, es por el esfuerzo, pero creo que como país podemos estar más arriba, México, en el área de velocidad ha demostrado que tiene lo suficiente para competir, nos sentimos contentos con eso, muy contentas", señaló.

Sobre la competencia dijo que "muy dura, física y mentalmente muy dura, estaba muy concentrada de llegar a la final, el objetivo se cumplió y estaba con todas mis fuerzas luchando por llegar al podio, creo que en todas las rondas que fui, leyendo la carrera, mi cuerpo respondió bien, mi objetivo era llegar bien, me tocó tomar la iniciativa, era arriesgar".

La final fue un premio. "Me tocó última e hice mi mejor esfuerzo, hice todo lo que pensé, al final me cobraron un poquito las piernas, bien, estoy contenta por lo que pude mostrar".

No vio como fracaso quedar última. "Estando en la final se hace algo por el país, estoy contenta por ello, el ciclo pasado me había quedado a un lugar de pasar a la final, me di cuenta que puede pasar todo, a este nivel puede pasar todo, estoy agradecida con mi mente, con mi cuerpo y con todos".

Rumbo a los próximos Juegos dijo. "Vamos por buen camino, apunta para que todo lo que hemos trabajado y construido vaya para más". / JOSÉ ÁNGEL RUEDA / ENVIADO



Contenta de tener a mis papás, todos mis sobrinos, alumnos, familiares, personas que me apoyaron en el proceso, que están aquí, me ayudan a disfrutar de cada cosa"

DANIELA GAXIOLA
CICLISTA MEXICANA



FOTO: EFE

La mexicana agradeció el apoyo de la gente que estuvo en su proceso.

El mexicano Marco Verde ya hizo historia, pero está cerca de agrandar su aventura

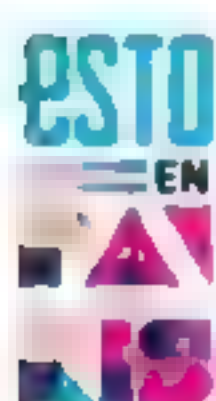


HOY LA GRAN FINAL EN LOS 71 KG

SUEÑO DORADO

MARCO VERDE BUSCARÁ SER EL TERCER BOXEADOR MEXICANO EN SUBIR A LO MÁS ALTO DEL PODIO EN JO

POR OSIRIS MÉNDEZ



Ha pasado poco más de medio siglo que un boxeador mexicano no es campeón olímpico y esta tarde tiempo del centro de México, por la noche de París, el sinaloense Marco Verde buscará conquistar la presea de oro en la final de boxeo, dentro de la división de los 71 kilogramos, en los Juegos Olímpicos de París 2024.

El sinaloense ha logrado contagiar a todo un país que estará pendiente del televisor para apoyarlo y mandarle las me-

jores vibras hasta la capital francesa.

La última y única vez que el boxeo mexicano se colgó el oro en unos JO fue en la edición de México 1968 con las medallas que conquistaron Ricardo Delgado, en peso mosca, y Antonio Roldán, en peso pluma, en la Arena México.

Ahora es el turno para el pugil maza-teco, en una cita con la historia olímpica que imaginó desde que consiguió su boleto a la justa veraniega.

Su camino en París comenzó en la ronda de octavos de final al imponerse a Tiago Muxanga (Mozambique) en cuartos superó a Nishant Dev (India), para asegurar al menos la medalla de bronce, y en



No me siento satisfecho todavía, vamos a darle todo en la final. Soné con este momento y ya estamos aquí, ahora vamos por esa medalla que tanto queremos."

MARCO VERDE
BOXEADOR MEXICANO

EL DATO

REUNIÓN EN EL ÁNGEL

El presidente de la FMB, Ricardo Contreras, informó que terminando la pelea se reunirán vestidos de verde en el Ángel.

DESPUÉS DE 40 AÑOS

Esta final olímpica marca el regreso para un pugil mexicano en la disputa por el oro, la última había sido en Los Ángeles 1984.

PARA HOY / FINAL BOXEO

DIVISION 71 KILOGRAMOS

MARCO VERDE (MEX) VS ASADKHUJA MUYDINKHUJAEV (UZB)

CANAL 5 / CLARO SPORTS

13:30 HORAS

BOXEADORES MEXICANOS CON ORO EN JO

NOMBRE	PESO	EDICIÓN
Ricardo Delgado	Mosca	México 1968
Antonio Roldán	Pluma	México 1968

las semifinales venció al británico Lewis Richardson, sellando su boleto a la gran final, en donde tiene como firme objetivo colgarse la presea dorada.

El zurdo mexicano, de 22 años de edad, ha construido un sólido camino para llegar hasta acá al llevarse el oro en los Juegos Centroamericanos y del Caribe celebrados en San Salvador y también en los Juegos Panamericanos realizados en Santiago, ambos en este año, y ahora va por la gran hazaña en París 2024.

El chihuahuense Misael Rodríguez había sido antes de Marco Verde el último peleador mexicano en conquistar una medalla en Juegos Olímpicos, en Río 2016, y con la del sinaloense se contabilizan ahora 14 para el boxeo mexicano en JO, siendo la segunda disciplina que más medallas le ha dado a nuestro país en Juegos Olímpicos después de los clavados.

CAMINO DE MARCO VERDE EN ESTOS JO

Octavos de final:	victoria	por 3-2 vs Tiago Muxanga (Mozambique)
Cuartos de final:	victoria	por 4-1 vs Dev Nishant (India)
Semifinales:	victoria	por 3-2 vs Lewis Richardson (Gran Bretaña)

CAMINO DE ASADKHUJA MUYDINKHUJAEV EN ESTOS JO

Octavos de final:	victoria	por 5-0 vs Omar Elawady (Egipto)
Cuartos de final:	victoria	por 5-0 vs Nikolai Ierteryan (Dinamarca)
Semifinales:	victoria	por 3-2 vs Omar Jones (Estados Unidos)

EN LA CANCHA OLÍMPICA

POR FERNANDO SCHWARTZ

—Especial 4



Osmar Olvera es histórico

Osmar Olvera es histórico. Olvera lo consiguió. Este logro es de él y nadie más que quiera subirse al tren, porque vaya que ha sufrido en el camino por falta de apoyos. Tuvo la valentía de levantar la voz por la beca que no le dieron y aún así se cuelgan de sus medallas. Hizo una competencia sólida e inteligente con los arriesgados grados de dificultad que puso en su lista. Además, presionó a los chinos, siendo que a los 20 años tiene un gran panorama por delante para ser el líder del equipo de clavados en lo que viene. Aplaudo su arrojo y su valentía. Sus metas son claras. Sus objetivos están cumplidos.

LO DE DANIELA GAXIOLA EN OTRO DEPORTE maltratado como el ciclismo es de aplaudir. Sexta del mundo en pista es toda una hazaña, ya que además sus tiempos propios fueron superados dando batalla hasta el final. Dany ha caminado también por sus propios méritos.

ME PREOCUPA QUE EL DETERIORADO SISTEMA del deporte mexicano no se de cuenta que potencial lo hay y debe cambiar su estructura para realmente dar el apoyo. Muchos se han enrolado en Sedena para generar ingresos y tener facilidades. Pero eso no es el camino total. La presidente electa Sheinbaum debe tener en su cartera la propuesta de cómo mejorar y realmente tener una nación que apoye a sus talentos. No sólo en el deporte, también en la ciencia y en cualquier actividad donde hay capacidad, hay entrega, pero los recursos económicos son un freno para el desarrollo. Ellos son quienes le dan lustre a un país. **SI Y NO A LA VEZ.** Lo de Noah Lyles compitiendo con Covid tremenda irresponsabilidad. No se lo hubieran permitido. El sí, porque fue valiente y desafiando en el esfuerzo se colgó el bronce. Se entregó al máximo, pero primero está su salud y de quienes lo rodearon en la carrera. Ambas aristas de irresponsabilidad y deseo se conjuntaron en su alrededor.

NORMAL. Así como los atletas de USA respetan primero a la NBC que tiene derechos, así es el caso con los mexicanos comprometidos con la Televisión. Se entiende la atención a todos que es un derecho, pero quienes ponen el billete obvio llevan mano y no debe porque volverse un escándalo.

PREGUNTA: ¿Cuántos Osmars habría si hubiera apoyo?

HASTA LA PRÓXIMA. f.schwarz
tz@oem.com.mx



Creo que nunca nos había tocado una competencia de alto nivel en un río, pero es una experiencia muy bonita y unas vistas también maravillosas, la corriente fue lo más complicado"

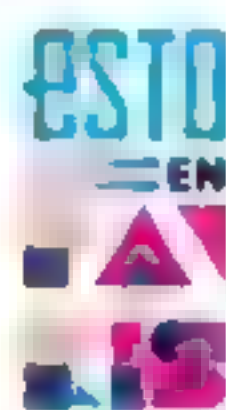
MARTHA SANDOVAL
NADADORA
MEXICANA

SANDOVAL, 19 EN AGUAS ABIERTAS

El Sena, una "experiencia"

LA MEXICANA SUFRE POR FUERTE CORRIENTE EN EL RÍO; SHARON VAN ROUWENDAAL CONFIRMA REINADO EN 10 KM

POR JUAN ANTONIO DÁVALOS
ENVIADO



Paris.- El problema principal con el que tuvo que lidiar Martha Sandoval fue la corriente que existe en el Sena y no tanto la contaminación, después de su participación en el evento de aguas abiertas de los Juegos Olímpicos París 2024, prueba en la que terminó en el sitio 19.

Sandoval Ayala aceptó que, antes de que entraran al río, había cierta preocupación por los rumores de que estaba contaminado, sin embargo, estando dentro, no hubo ninguna diferencia a comparación de otros sitios en los que ha participado.

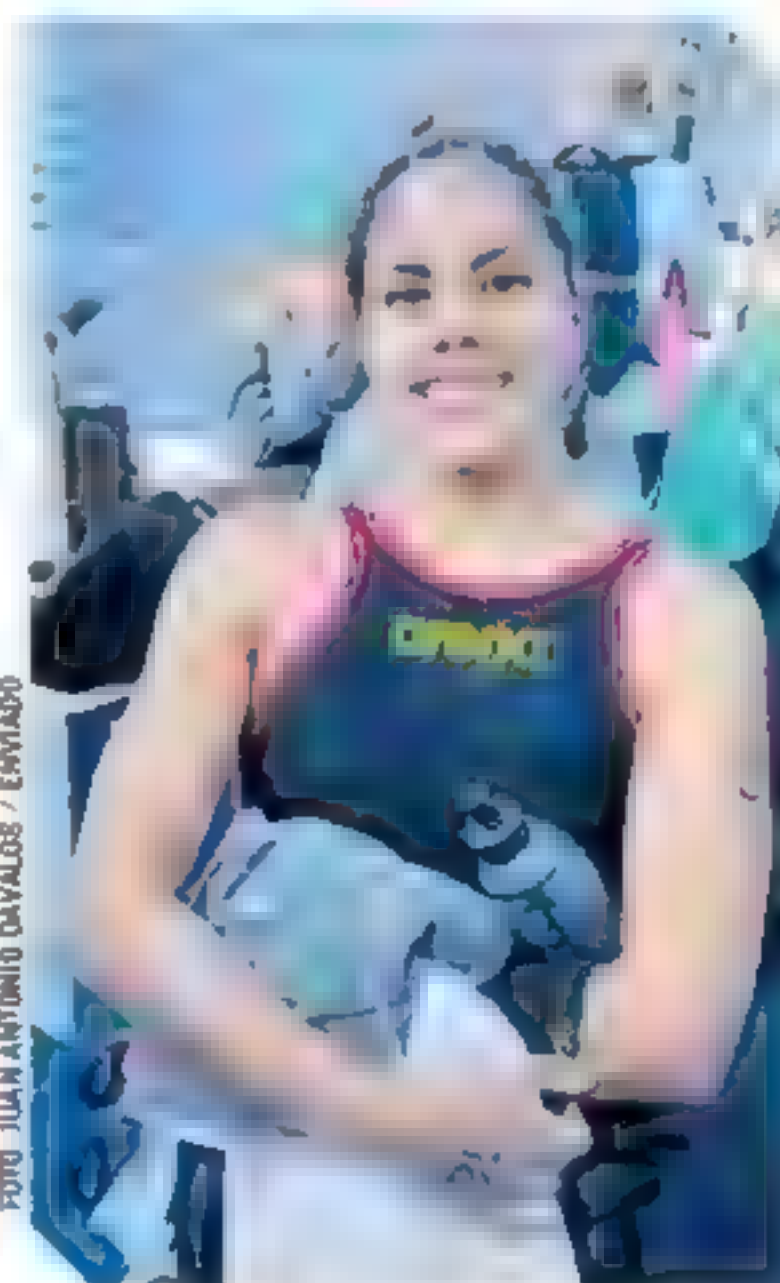
"Creo que todos los nadadores al principio sí estábamos un poco preocupados, pero igual conforme fueron pasando los días, pasó triatlón, todo bien. Entonces ayer también tuvimos la oportunidad de nadar aquí en el río y la verdad desde que me metí y lo sentí bien, no se veía el agua sucia, no se sentía sucia, la verdad muy bien las condiciones de la competencia".

"Me sentí muy bien, fue difícil, complicada, algo muy diferente a lo que todos estamos acostumbrados. Creo que nunca nos había tocado una competencia de alto nivel en un río, pero es una experiencia muy bonita y unas vistas también maravillosas, la corriente fue lo más complicado, bastante difícil, sobre todo en algunas partes, a lo mejor abajo de los puentes que es donde más se concentraban las corrientes, pero muy bien y pues dimos todo", comentó la mexicana.

Señaló que el sitio en el que culminó la deja contenta, porque sabe que se esforzó por terminar entre los primeros puestos "satisfecha, disfruté mucho la competencia, creo que eso era lo más importante y dar lo mejor y ahí se dejó todo".

"Lo que me dejó es aprender a disfrutar lo que estás haciendo y con eso creo que vas a tener el resultado que estás buscando y la verdad los Juegos Olímpicos fue un sueño cumplido".

Martha aún no sabe si estará en otro ciclo olímpico para 2028 en Los Ángeles "Ahorita todavía vamos paso a paso, igual de ahí iré avisando", sentenció.



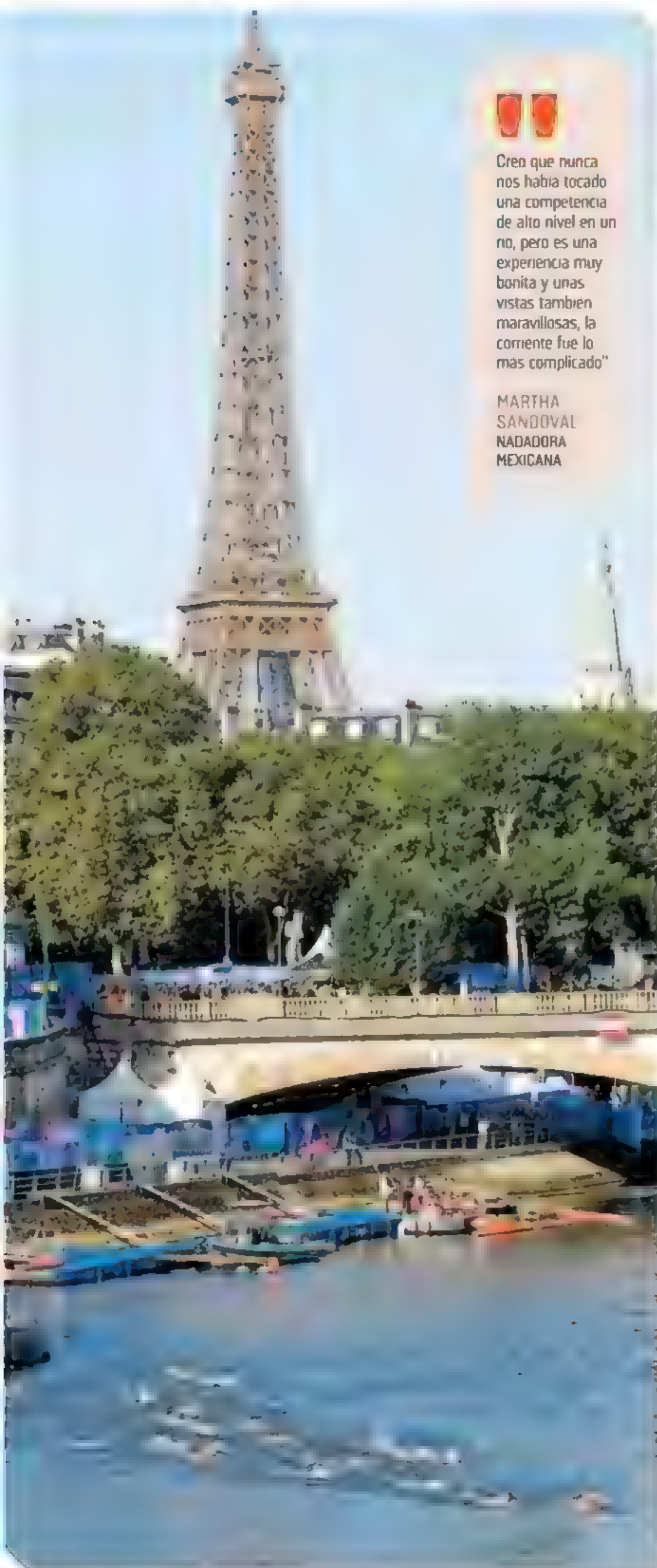
A Martha Sandoval le gustó la prueba



La neerlandesa Sharon van Rouwendaal llegó primero a la meta

REINADO

Por su parte, la neerlandesa Sharon van Rouwendaal confirmó su condición de indiscutible reina de la prueba de 10 kilómetros de natación en aguas abiertas, al conseguir su segundo oro olímpico, ocho años



Las nadadoras batallaron más por la fuerte corriente en el río, que por la contaminación del agua.



FOTO: EFE

después de subir a lo más alto del podio en Río de Janeiro.

Impresionante palmarés al que sumar la de plata en Tokio 2020 tras verse superada por la brasileña Ana Marcela Cunha quien esta vez fue cuarta.

Completaron el podio la australiana Moesha Johnson, con la plata, y la italiana Ginevra Tadeucci, que se colgó el bronce.

DUDAS SOBRE EL AGUA

La húngara Bettina Fabian quiere creer que las "cosas marrones" que vio en el Sena eran plantas podridas. "Vi algunas, no sé, cosas marrones. Espero que no sea lo que creo que es. Tragué un montón de

agua, pero vamos a limpiar mi garganta con un poco de alcohol y vamos a ser felices con eso", dijo al terminar en el quinto puesto en su debut olímpico.

"Pense que iba a estar más sucio, pero ya sabes. Necesitamos unos días para sentir los (eventuales) síntomas, pero espero lo mejor", agregó la húngara de 19 años de edad y que formó parte de las 24 nadadoras que compitieron ayer en el circuito de 10 kilómetros sobre el Sena.

"Tuvimos esta inseguridad de despertarnos hoy (ayer) y preguntamos, ¿la prueba realmente va a seguir adelante? ¿O se pospondrá? ¿Se cancelará?", afirmó por su parte la brasileña Viviane Jungblut

El público asistió en gran medida a la competencia femenil de aguas abiertas

Calidad, buena: organizadores

París.- Tony Estanguet intenta aplacar la principal polémica con la organización de los Juegos, la calidad del agua del Sena, donde se celebraron pruebas de triatlón y se disputó ayer la prueba de 10 km de aguas abiertas.

"La calidad del agua del Sena se adecuaba perfectamente a las exigencias de la Federación Internacional (de Natación) y, a ese respecto, nunca hemos querido poner en peligro la salud de los deportistas. Dos laboratorios han testado el agua dos veces al día", explicó el presidente del comité de organización de París 2024. Este viernes se desarrollará la prueba de aguas abiertas masculina, que, como la femenina, consiste en un recorrido de 10 kilómetros. / EFE

La ONG Fundación Surfrider pidió a la organización de los Juegos "dar muestras de total transparencia" con las mediciones y abogó por investigaciones independientes sobre la calidad del agua con miras al próximo verano, cuando se prevé que los parisinos podrán bañarse en algunos tramos del río.

"No tengo mucho más que decir, creo que hubo quien no se sintió muy bien, yo no vi nada, no olí nada. Para mí, el agua estaba bien", dijo la campeona defensora la brasileña Ana Marcela Cunha.



Vi algunas, no sé, cosas marrones. Espero que no sea lo que creo que es. Tragué un montón de agua, pero vamos a limpiar mi garganta con un poco de alcohol"



Íbamos muy lentas, lo sentíamos, pero estábamos nadando muy fuerte para avanzar cada metro que podíamos. Fue duro"

BETTINA FABIAN
NADADORA HUNGARA



Cartones Ponderosa®

Líder en producción de cartoncillo recubierto en México, con el mejor servicio y calidad de clase mundial.

Nuestros Productos

Estucado reverso café
Estucado reverso blanco
Manila reverso café

Certificaciones

Sistema Gestión de la Inocuidad FSSC 22000
Cadena de Custodia FSC®
Industria Limpia otorgado por PROFEPA
Emblema Hecho en México

Reconocimientos

Eco-etiqueta "Mariposa Monarca"



Agencia: noviembre 2025



ISO 9001:2015
ISO 14001:2015
Asociación de Normalización y Certificación A.C.



La impresionante estatura del galo Victor Wembanyama y su talento, fueron factor determinante del triunfo local

FOTO: AFP

GENERA ÉXTASIS EN LA DUELA

París está a sus pies

VÍCTOR WEMBANYAMA DESPIERTA LA PASIÓN AL GUIAR EL TRIUNFO DE SU SELECCIÓN PARA LLEGAR A LA FINAL

POR HÉCTOR ALFONSO MORALES
ENVIADO

ESTO EN París.- Francia se terminó de enamorar enloquecidamente de Victor Wembanyama, el más virtuoso de sus hijos sobre la duela de basketbol.

"Wemby, Wemby, Wemby!" La arena Bercy coreó al unísono el nombre del excelso jugador de su selección, pilar del triunfo galo 73-69 sobre Alemania para avanzar a la final olímpica.

Allez les bleus, allez les bleus" con linó el público local en pleno éxtasis ganador por asegurar la plata en París y tener sueños dorados.

Los tiros del estelar de los San Antonio Spurs dibujaron sonrisas en el pueblo azul. Las parábolas de los encestes fueron perfectas para rasgar las redes: "chaz, chaz".

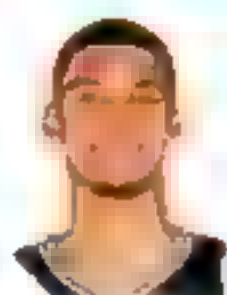
Pero Wembanyama demostró que es mucho más que puntos al marcador de su equipo: está convertido en el prototipo del jugador moderno del deporte ra faga. Asistió, bajó rebotes y realizó tapones memorables. Todo celebrado y vitoreado en la arena para fascinación hasta de la fanática alemana. ¡No hay cosa que haga mal!

Los niños en las tribunas ya portaron



Tuvimos 40 minutos solidos y creo que si mis tiros hubiesen entrado habríamos ganado antes. Esto muestra que podemos ser mucho mejores."

VÍCTOR WEMBANYAMA
BASQUETBOLISTA FRANCÉS



PUNTOS	11	ASIST.	4
REBOTES	7	ROBOS	11-40

orgullosos los jerseys con el 32 en alusión al veinteaño pivot. Los adultos organizaron, tras una canasta de "Wemby", la clásica ola mexicana en las tribunas de Bercy. Nadie quiso escapar a la idolatría hacia la figura espigada del

francés, que luce, hasta cierto punto frágil, pero es una fiera sobre la duela cuando disputa el balón. Termina por ser un killer en el baloncesto, apenas en el amanecer de su carrera profesional.

Para finalizar su gesta heroica Wembanyama tomó el balón a falta de 10 segundos para concluir el partido. Se dispuso a pararse sobre la línea de tiros libres, cuando Francia más lo necesitaba para asegurar el triunfo e irse dos canastas arriba. Sus manos fueron implacables y perfectas. Dos puntos que resultaron valiosos y desataron el escándalo en la Arena Bercy.

Los asistentes tuvieron el impresionante ambiente con cánticos, aplausos, gritos y playeras de la selección gala en el aire. Las banderas con el azul, blanco y rojo terminaron agitadas al ritmo que Wembanyama les pedía. Además de basquetbolista, Victor también resultó un director de una orquesta febril.

Una vez que terminó el partido, Victor Wembanyama, con todo y su cara de niño, corrió para abrazarse con sus compañeros. Indicó con su dedo que estaba muy, muy feliz. Se le notaba la ilusión del oro en París, en casa, con el pueblo que lo ama perdidamente.

Stephen Curry saca la varita ante Serbia

París.- Stephen Curry quiere su medalla de oro. La leyenda de la NBA, debutante en unos juegos, alcanzó los 36 puntos en la remontada de Estados Unidos ante Serbia (95-90) en París, y se cita con Francia. Estados Unidos jugará por su quinta medalla consecutiva ante el anfitrión.

El equipo balcánico aprendió de sus errores para rozar la que hubiera sido la primera victoria sobre Estados Unidos en unos juegos desde las semifinales de Atenas-2004, cuando ganó Argentina. Desde entonces, solo triunfos y medallas de oro.

Una vez más lideró a Serbia Nikola Jokic, 17 puntos y 11 asistencias, junto con el capitán Bogdan Bogdanovic, que sumó 20.

Estados Unidos había comenzado con los mejores minutos de Curry en el torneo, protagonista de una de esas rachas que lo han convertido en leyenda: 14 puntos con cuatro triples en cuatro minutos.

Estirada la ventaja hasta los 16 puntos, sus opciones de dar la gran campanada pasaban por mantener su alta tasa de acierto: 10/19 en triples al descanso- y la trampa defensiva en la que habían caído las estrellas NBA.

En el banquillo norteamericano Steve Kerr buscaba soluciones con sus prestigiosos adjuntos, Erik Spoelstra y Tyrone Lue. Mientras, Jokic por fin entraba en el partido con tapón a LeBron y un 2+1.

Pero el famoso dream team de Estados Unidos consiguió dar la vuelta a la situación, liderado por LeBron (36 puntos, 12 rebotes y 10 asistencias), autor de una penetración que igualaba el duelo con tres minutos por jugar.

Entre el y Curry dieron la puntilla a Serbia, 35 minutos por delante para terminar perdiendo. / POR PABLO MELIÁN / AFP

POR UNA MÁS

USA jugará por su quinta medalla consecutiva ante el anfitrión que se impuso a la campeona del mundo Alemania.



FOTO: WIREIMAGE.COM

LeBron James celebra así una sufrida victoria que le permite llegar a la final

LA ARQUERA MEXICANA ASEGURÓ QUE LE FALTA LA MEDALLA INDIVIDUAL DE TIRO CON ARCO

POR RUBÉN BERISTÁIN



Alejandra Valencia es una leyenda en el Tiro con Arco mexicano. La arquera ha ganado dos medallas olímpicas en un par de modalidades (mixta y por equipo), la más reciente en la actual edición de París 2024 junto a Ángela Ruiz y Ana Paula Vázquez, pero todavía tiene una deuda pendiente consigo misma y prometió que en la próxima justa de Los Angeles 2028 irá sí o sí por la individual.

"Realmente quiero hacer más, sé que puedo hacer más, me falta esa la individual, es la quiero porque ya logramos la mixta, la de equipos, me falta esa otra. Será en mis quintos juegos, dije que si lo hago porque estuve a nada, me tiró muy bien la coreana, si me hubiera tocado otra llave si llegaba más lejos. En la siguiente se hace", aseguró con mucha confianza en su llegada a la Ciudad de México.

"Me dejó mucha motivación para los siguientes juegos Olímpicos. Fue como un sí se puede, estuve otra vez ahí cerca, son los terceros juegos que estoy en el Top, en lo mejor de lo mejor. Ahí está cerca, es la única que me falta", añadió mientras era felicitada y ovacionada por varios asistentes en el aeropuerto donde incluso se tomó una fotografía con integrantes de la Federación Mexicana de Dodgeball.

Aunque dio buena batalla, la mexicana fue eliminada en cuartos de final por la coreana Lim Sihyeon, actual número uno del mundo, por esa razón se quedó con esa espina. "Hice un buen trabajo en la competencia, en todo lo que fue. Estoy feliz, me felicité a mí misma, pero no quedé satisfecha porque sé que si podía, pero no me ayudó la llave. Por eso digo que si la hago para los próximos", aseveró la arquera.

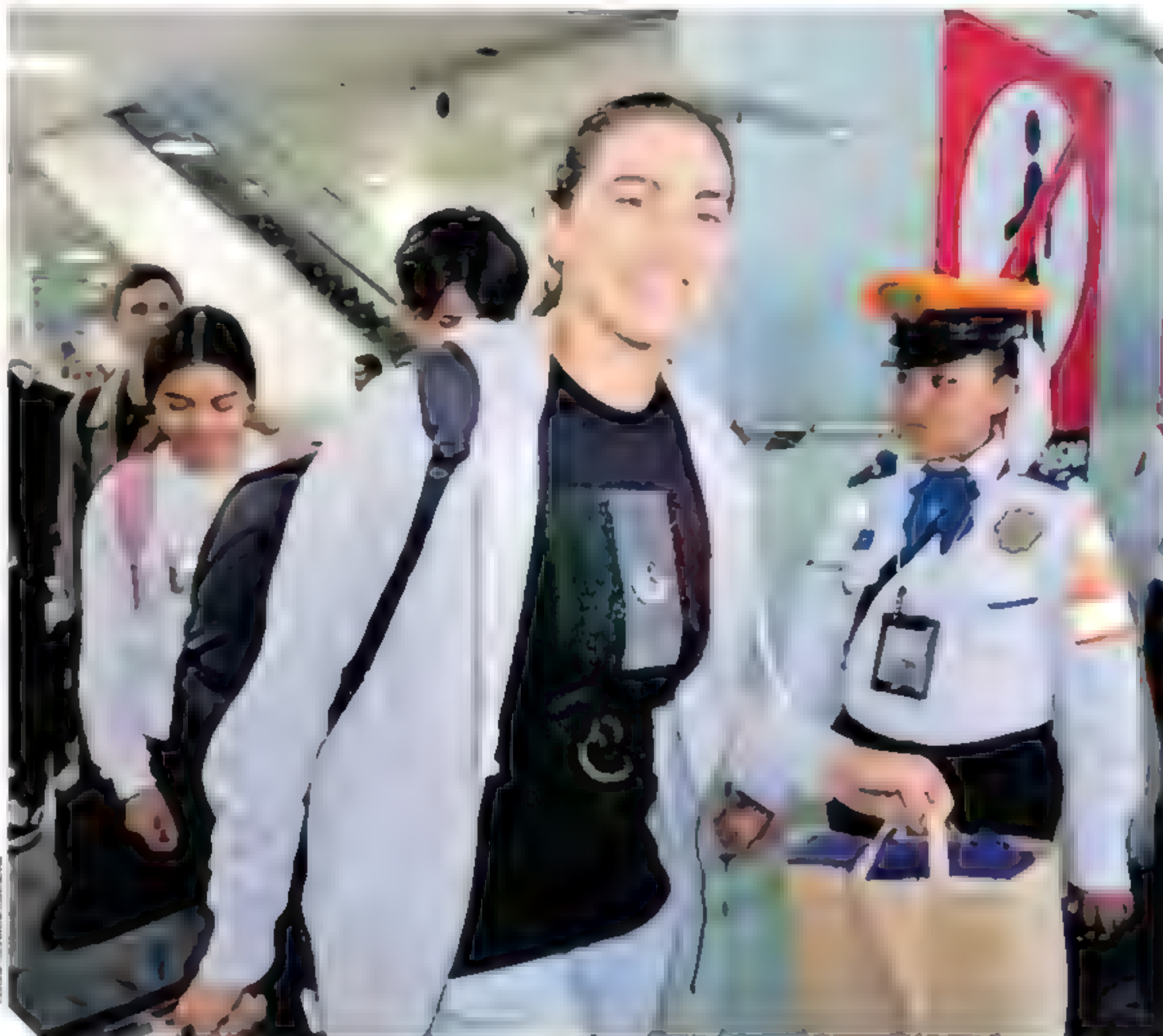
Falta mucho tiempo para el próximo certamen olímpico en Estados Unidos, por ahora Valencia no

los ve nada, ve nada cerca y todavía tiene muchas otras cosas en que enfocarse.

"Son cuatro años. Cada año es diferente, ahorita me queda una competencia en octubre, la final de Copa en Tlaxcala, todavía no puedo decir qué va a seguir. Si hay la oportunidad de campamentos será bienvenidos, también de Copas del Mundo. Voy a estar en Los Angeles", dijo de forma contundente la atleta mexicana de 29 años.

PROMETIÓ ESTAR EN LOS ANGELES 2028.

Valencia no se rendirá



Alejandra Valencia encabezó el contingente mexicano que arribó la noche del jueves a la CDMX.

JUEGOS OLÍMPICOS CUMPLIRÁ EN LA PRÓXIMA EDICIÓN EN CUATRO AÑOS



Hice un buen trabajo en la competencia, en todo lo que fue. Estoy feliz, me felicité a mí misma, pero no quedé satisfecha porque sé que si podía, pero no me ayudó la llave. Por eso digo que si la hago para los próximos."

ALEJANDRA VALENCIA
ARQUERA MEXICANA

SUS MEDALLAS EN JUEGOS OLÍMPICOS

Tokio 2020 **Bronce** en equipos mixtos
París 2024 **Bronce** en equipo femenino



Planea estar en Los Angeles 2028 para buscar otra medalla.

TAMBIÉN QUERRÁ MÁS

Recién aterrizó en nuestro país, Ale Valencia se enteró de la cuarta medalla oficial para México en clavados. Como uno de sus compañeros, afirmó que Osmar Olvera seguramente pensará igual que ella: "Me enteré ahorita. Está super bien por

que son compañeros que están logrando sus sueños, les puedo asegurar que también quería mucho más, lo sé como medallista de bronce. Estoy segura que va a decir que a la próxima lo hace, es lo que nos caracteriza. Con todo y bronce sabemos que lo podemos hacer mejor", finalizó.



No piensa para nada en el retiro.

Pakistán destronó a India

París. El lanzador paquistaní de jabalina Arshad Nadeem le arrebató la corona olímpica a la estrella india Neeraj Chopra con un lanzamiento de 92.97 metros que pulverizó el récord olímpico.

Chopra, que es un ídolo en su país, llegó a los Juegos de París como gran favorito, por su condición de vigente campeón olímpico, el primer asiático en lograrlo en el lanzamiento de jabalina masculino, y del mundo.

Pero en el estadio de Francia se topó con un rival paquistaní que en su primer lanzamiento de la final rebasó con creces el anterior récord olímpico de la disciplina, en manos del noruego Andreas Thorkildsen (90.57) desde los Juegos Olímpicos de Pekín 2008.

Nadeem todavía tuvo tiempo de de

mostrar su nueva supremacía en la prueba, con un quinto lanzamiento que hizo aterrizar la jabalina a 91.79 metros.

Con su único lanzamiento en la final Chopra logró su mejor marca de la temporada: 89.45, es decir 1.87 metros por encima de la marca que le bastó para ganar el oro en Tokio hace tres años.

Pero esta vez resultó insuficiente y le valió la plata, frente a un Nadeem que se tomó en París la revancha de haber sido su subcampeón en el mundial que se llevó a cabo en Budapest 2023.

El bronce fue para el granadino y bi campeón del mundo (2019, 2022) Anderson Peters, que en su tercer intento alcanzó los 88.54 metros. El brasileño Luiz Mauricio da Silva quedó undécimo con una marca de 80.67 metros. / AFP



Momento en el que el paquistaní se dispone a lanzar la jabalina

FOTO: REUTERS

400 M VALLAS FEMENIL

McLaughlin pulverizó a Bol

La norteamericana Sydney McLaughlin-Levrone arrasó en la final de los 400 metros vallas femeninas, con una marca de 50.37 segundos con la que pulverizó su propio récord del mundo y relegó al bronce a su gran rival, la neerlandesa Femke Bol.

En uno de los duelos más esperados en el atletismo de los Juegos de París, McLaughlin sacó todo su potencial en la segunda mitad de la carrera para abrir una brecha gigantesca con sus rivales y repetir oro olímpico en la final en el Estadio de Francia, frente a su compatriota Anna Cockrell, plata con 51.87 y mejor marca personal. / AFP

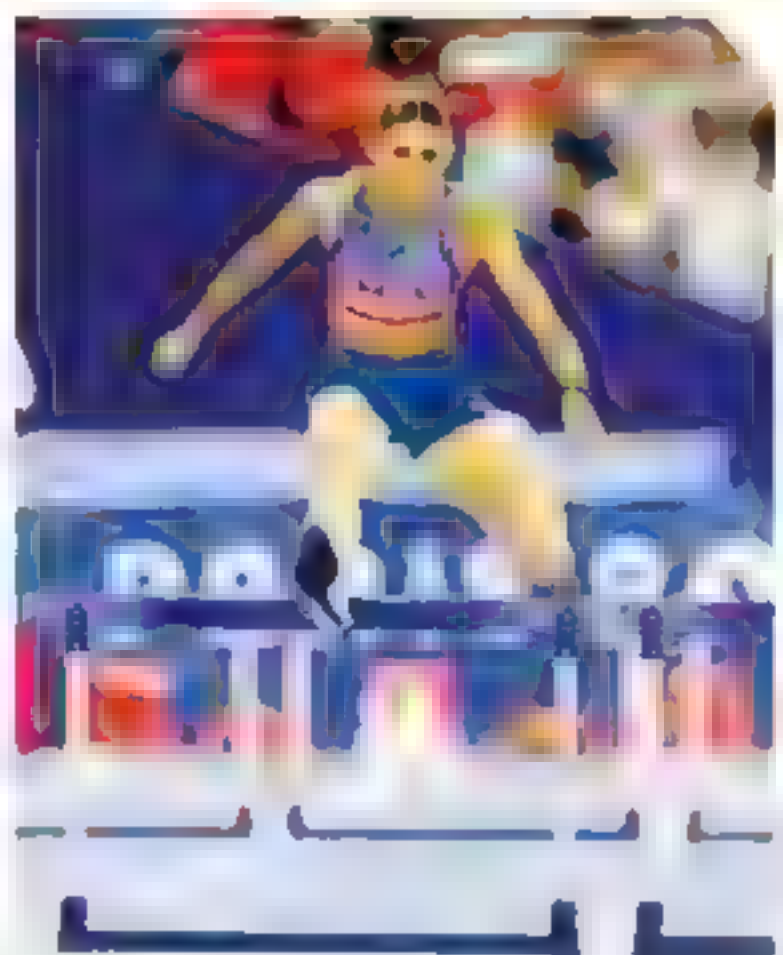


FOTO: REUTERS



Letsile Tebogo llegaba primero a la meta y daba la sorpresa

FINAL DE LOS 200M VARONIL

Tebogo y Covid-19 arruinaron a Lyles

EL ATLETA BOTSUANO DESLUMBRÓ EN LA PISTA Y EL 'SHOWMAN' NO BRILLÓ POR ESTAR ENFERMO

AFP



París. El botsuano Letsile Tebogo dio la sorpresa en la final olímpica de los 200 metros, al colgarse la medalla de oro, en París, mientras que el favorito Noah Lyles fue tercero antes de revelar que tenía Covid-19.

Ningún atleta africano había conseguido hasta ahora imponerse en la media vuelta de pista, una de las pruebas estelares, en unos Juegos Olímpicos.

Tebogo deslumbró con un impresionante crono de 19 segundos y 46 centésimas, nuevo récord de África, mientras que la plata fue para el estadounidense Ken-

neth Bednarek (19.62) y el bronce para su compatriota Lyles (19.70).

El podio de los 200 metros repite por lo tanto el segundo y tercer clasificado de hace tres años en Tokio, pero cambia el campeón, que en 2021 fue el canadiense Andre De Grasse, eliminado en esta ocasión en las semifinales.

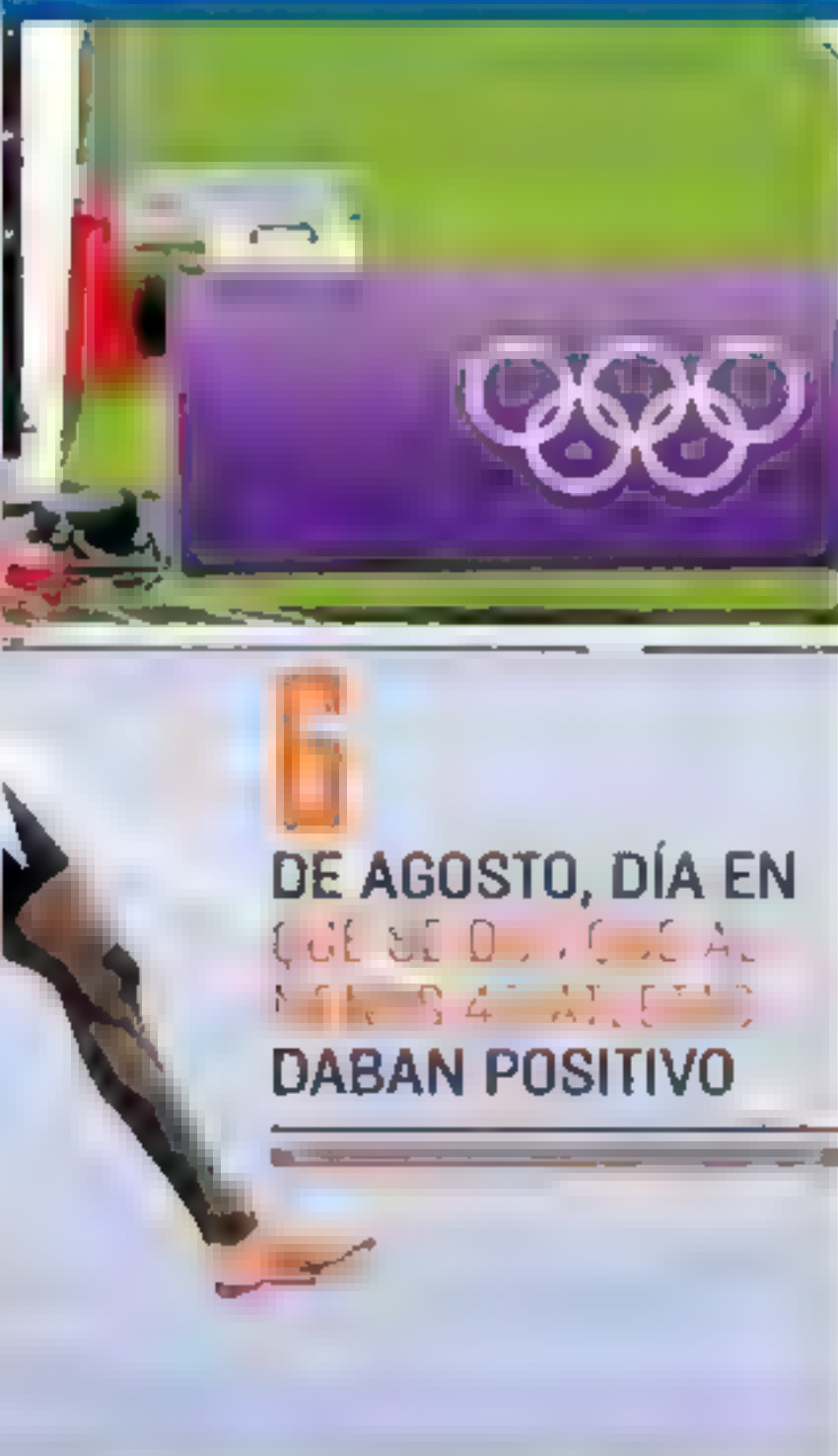
"Ha sido realmente una carrera bonita para mí. Cuando pasé a la final, mi entrenador me dijo que el trabajo ya estaba hecho, así que salí liberado, a ver cómo iba", explicó el nuevo campeón.

El país africano suma así el primer oro olímpico de toda su historia. Es su tercera medalla y las tres han venido de la mano del atletismo.

Pero la noticia en la pista violeta del

Caliente
caliente.mx

¡Llega a la gloria en cualquier disciplina!



6
DE AGOSTO, DÍA EN
QUE SE DIERON A
CONOCER A LOS
DEPORTISTAS
DABAN POSITIVO

FOTOS: REUTERS

Decidió competir

París.— El Comité Paralímpico Olímpico de EU precisó que siempre alienta a los atletas a seguir los protocolos de salud en busca de competir en una justa deportiva, con base en usar máscaras faciales durante los viajes y buscar personal médico, en caso de que un atleta da positivo, además de proporcionar alojamiento y transporte individual.

"Les permitiremos entrenar y competir siempre que se sientan con ganas", dijo el Comité Paralímpico Olímpico de EU a Today.com, reporta NBC New York. "Podemos confirmar que Noah Lyles dio positivo por Covid-19 el martes 6 de agosto". En respuesta, la USOPC y la USATF promulgaron rápidamente todos los protocolos necesarios para priorizar su salud. **REDACCIÓN**

porque tiene Covid-19. "Quería correr. Me dijeron que era posible, así que simplemente me aparté del resto", indicó a la NBC. El miércoles pasado había participado en las semifinales.

"De los tres últimos días, esta jornada ha sido de lejos la mejor. No puedo decir que estoy al 100% más bien al 90 o 95%", añadió el atleta.

En el cuarto lugar quedó el otro estadounidense en liza, Ernyon Knighton (19 99), mientras que el dominicano Alexander Ogando (20 02) obtuvo el quinto lugar en la competencia.

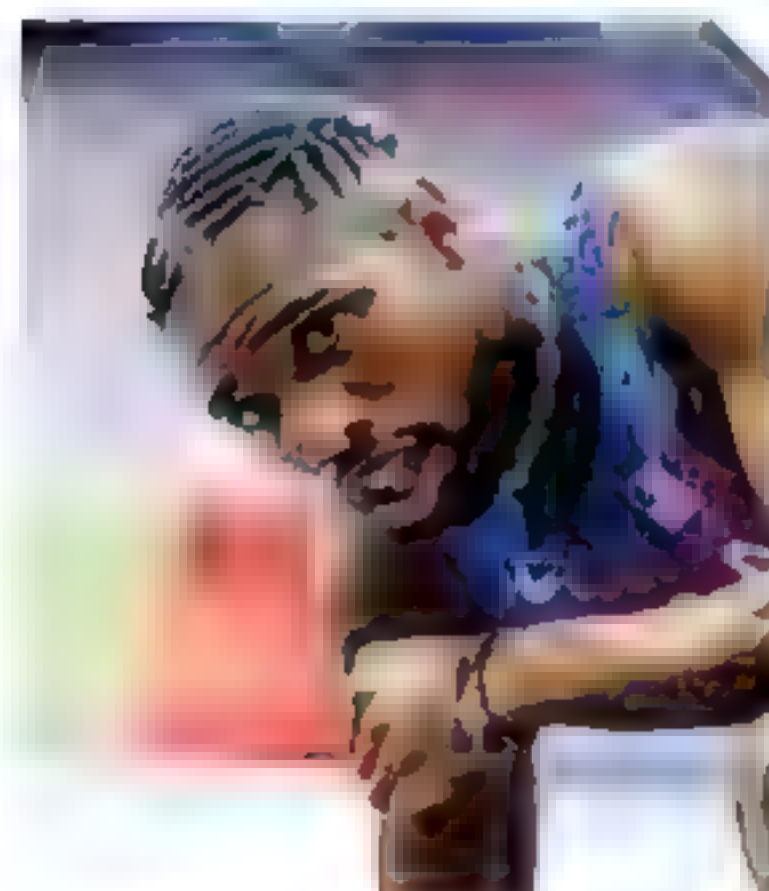
Lyles ve esfumarse ya el reto de irse de París-2024 con cuatro medallas de oro.

En la recta final de estos juegos, Lyles tiene teóricamente la posibilidad de buscar consuelo en los relevos, aunque su estado de salud marcará ahora la decisión y su participación queda comprometida.

Sus compañeros del Team USA se clasificaron este jueves para la final del viernes en el 4x100 metros. No estaba Lyles en el cuarteto, ya que la serie clasificatoria se disputaba en el mismo día que la final de 200 metros, pero el viernes los norteamericanos tienen la posibilidad de modificar la composición del cuarteto. Para el sábado quedaría una eventual final con el relevo 4x100 metros.

FUE AMONESTADO

Tras la carrera, en la página oficial de la justa se indicó una amonestación para el número uno del ranking mundial, al mismo tiempo que se reportó que contrajo Covid-19. "Regla WA TR7J - Conducta inapropiada", fue el mensaje que apareció en el registro de Noah Lyles, aunado de una amonestación. Sin embargo, se desconoce a qué se debió esto.



Noah Lyles se llevó el bronce con todo y estar bajo de pila

estado de Francia es que no hubo 'show' de Lyles, cuatro días después de su éxito por cinco milésimas en los 100 metros.

El doblete de la velocidad parecía a su alcance porque los 200 metros son su distancia de referencia, donde se el vigente triple campeón mundial, pero Tebogo no dio opción, entró en la curva muy fuerte y en la recta final impuso una aceleración brutal que dejó a todos atrás.

Después de la carrera, Lyles explicó que había corrido mermado físicamente



Tara Davis cayó en la arena festejando su triunfo

Texana de oro brilla en París

París.— La estadounidense Tara Davis-Woodhall se proclamó campeona olímpica del salto largo con una mejor distancia de 7 10 metros, en París.

La texana de 25 años de edad superó en la final a la defensora del título, la alemana Malika Mihambo (6 98 metros) que fue plata, mientras que otra estadounidense, Jasmine Moore, se quedó con el bronce (6 96 m).

Davis-Woodhall marcó la diferencia

en su cuarto intento. Había estado va en cabeza en el segundo, entonces con 7,05 metros alcanzados ayer.

Es su primer gran título planetario al aire libre, después de la plata del Mundial de Budapest 2023. En pista cubierta ya obtuvo una medalla de oro a principios de 2024, en el Mundial de Glasgow.

La vigente campeona olímpica Mihambo no consiguió defender su corona y quedó relegada a 12 centímetros de su rival.

La alemana de 30 años obtuvo la plata, pero con cierta frustración por no poder alcanzar a la atleta estadounidense. / AFP

7.10
METROS SALTÓ
TARA PARA
PROCLAMARSE
CAMPEONA
OLÍMPICA

PAÍS	O	P	B	TOTAL
1. Estados Unidos	30	38	35	103
2. China	29	25	19	73
3. Australia	18	14	13	45
4. Francia	14	19	21	54
5. Gran Bretaña	13	17	21	51
6. Corea	13	8	7	28
7. Japón	13	7	13	33
8. Países Bajos	11	6	8	25
9. Italia	10	11	9	30
10. Alemania	9	8	5	22
11. México	0	2	2	4

O: Oro P: Plata B: Bronce



FOTO: REUTERS

110M VALLAS VARONES

EU hizo el 1-2 espectacular

El favorito estadounidense Grant Holloway se convirtió en el nuevo campeón olímpico de 110 metros vallas. Holloway (26 años), vigente triple campeón mundial de 110 metros vallas, se impuso en París con un tiempo de 12 segundos y 99 centésimas, por delante de su compatriota Daniel Roberts y del jamaicano Rasheed Broadbell, ambos con un crono de 13 segundos y 9 centésimas, pero separados por tres milésimas. / AFP

Recibe de regalo*
\$1,000
SIN DEPÓSITO

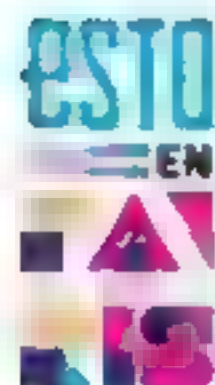
BAJA LA APP EN
Estimote.mx

PODIO DE HALTEROFILIA, SIN LATINAS

Demolledora

LA CHINA LUO SHIFANG SE LLEVA ORO EN -59 KG Y MARCA TRES RÉCORDS OLÍMPICOS EN LOS JO DE PARÍS

AFP Y EFE



París.- Sin medallas latinas, tras la jornada decepcionante de la colombiana Yenny Álvarez, la china Luo Shifang ganó este jueves el oro en halterofilia -59 kg en los Juegos Olímpicos de París 2024 marcando tres records olímpicos.

Dueña de la marca mundial de levantamiento total de la categoría, con 248 kilos, registrado en la Copa del Mundo de Phuket en abril, la pesista asiática tuvo un debut olímpico soñado en la Arena Sud Shifang, de 23 años, dejó sin chances a sus competidoras al firmar las tres marcas en arranque (107 kilos), envión (134) y combinado (241).

Rompió los registros establecidos por la atleta de China Taipei Kuo Hsing-Chun

quien se quedó con el bronce (235) para ganar el título en Tokio en 2021: arranque de 103 kg, envión de 133 kg y alzamiento total de 236 kg.

El triunfo de la ganadora del Campeonato Mundial de 2023 aisló a China en la punta del medallero de la halterofilia.

El gigante asiático se ha colgado los tres oros disputados hasta ahora en las dos jornadas de la disciplina en París.

La canadiense Maude Charron, oro en Tokio en 2021 en -64 kilos, se quedó con la plata al levantar 236 kg.

La venezolana Anyelin Venegas, debutante, fue cuarta (230 kg), y la mexicana Janeth Gómez fue novena (217 kg).

VARONIL

El indonesio Rizki Juniansyah ganó oro en 73 kg con record en envión (199 kilos) además de levantar 155 kg en arrancada



HALTEROFILIA FEMENIL -59 KG

ATLETA	PAIS	ARRANCADA (KG)	ENVIÓN (KG)	TOTAL (KG)
1 Shifang Luo	China	107	134	241
2 Maude Charron	Canadá	106	130	236
3 Kuo Hsing-Chun	Taiwan	103	133	235

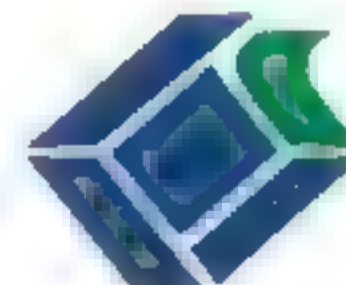
para una puntuación total de 354.

La plata fue para el tailandés Weeraphon Wichuma, con 346, al sumar los 148 de arrancada y los 198 de envión, a uno del record olímpico del indonesio. Por su parte, el bronce fue para el búlgaro Bozhidar

Dimitrov Andreev con un total de 344 (154 en arrancada y 190 en envión).

El colombiano Luis Mosquera finalizó quinto con 340 puntos tras levantar 155 en arrancada y 185 en envión, haciendo un último intento de 189 en el que falló.

La china Luo Shifang ganó el oro, marcando tres records olímpicos.



Cartones Ponderosa®

Líder en producción de cartoncillo recubierto en México, con el mejor servicio y calidad de clase mundial.

Nuestros Productos

- Estucado reverso café
- Estucado reverso blanco
- Manila reverso café

Certificaciones

- Sistema Gestión de la Inocuidad FSSC 22000
- Cadena de Custodia FSC®
- Industria Limpia otorgado por PROFEPA
- Emblema Hecho en México

Reconocimientos

- Eco-etiqueta "Mariposa Monarca"



Vigencia: Noviembre 2025



La Mariposa es el
símbolo de la
responsabilidad



Establecida por el SEFI 2010

Asociación de Normalización y
Certificación A.C.

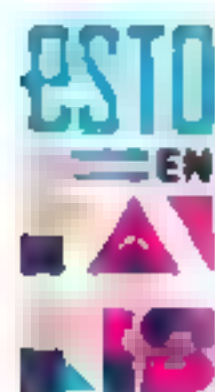


Achraf Hakimi cerró la cuenta con extraordinario tiro libre

MARRUECOS APLASTÓ A EGIPTO Y SE QUEDÓ CON LA MEDALLA DE BRONCE EN EL FUTBOL MASCULINO



AFP



Nantes. Marruecos, con Achraf Hakimi defensor del Paris Saint Germain, ganó la medalla de bronce en el fútbol varonil de los Juegos Olímpicos de París 2024 tras golear 6-0 a Egipto.

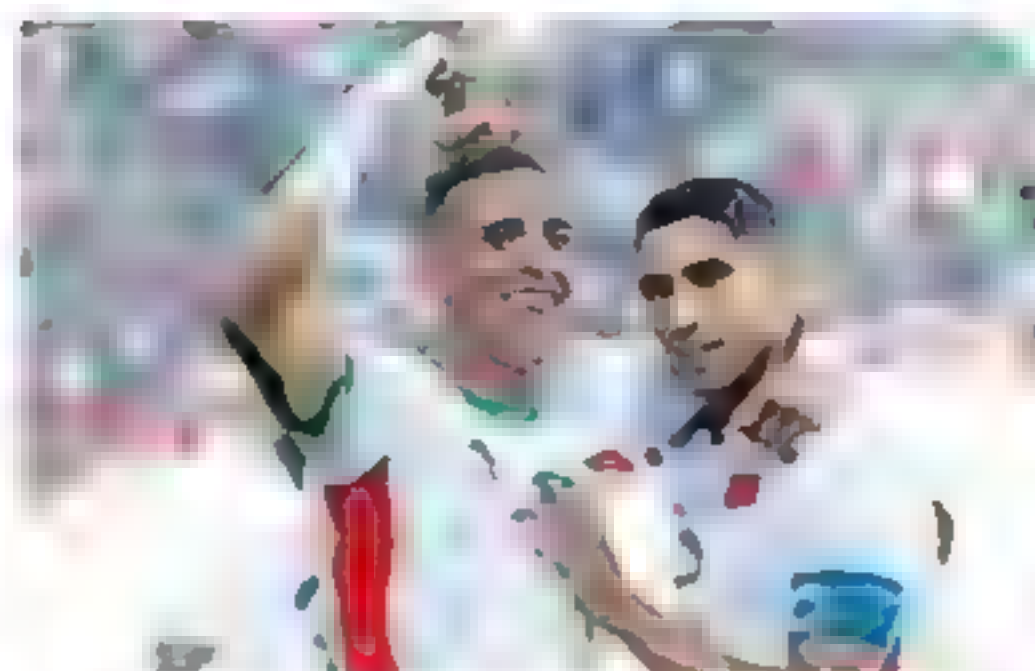
Los Leones del Atlas consiguieron su primera presea olímpica en el fútbol y la segunda de la nación africana en París 2024, tras el oro del atleta Soufiane El Bakkali, conquistado en los 3 mil metros con obstáculos.

[FIRMÓ LA MAYOR GOLEADA DEL TORNEO]

Directo al ángulo

Apojado por su fiel afición en el estadio La Beaujoire, en Nantes, la selección de Marruecos propinó la mayor goleada del certamen, gracias a una nueva exhibición de quien seguramente terminará como máximo goleador del torneo: Soufiane Rahimi de 28 años.

El delantero del Al Ain FC, uno de los jugadores que sobrepasa el límite de edad permitido para este torneo de categoría Sub-23, llegó a ocho anotaciones en seis partidos, cuatro más que sus perseguidores, el español Fermin Lopez y el francés Jean Philippe Mateta.



Soufiane Rahimi firmó un doblete y reforzó su condición como líder de goleo en París 2024



Demostramos carácter, que nuestro equipo estaba preparado y era capaz de ganar una medalla olímpica que es histórica para todos los marroquíes"

ACHRAF HAKIMI
DEFENSOR MARRUECOS



GOLES HA ANOTADO SOUFIANE RAHIMI, EN SEIS PARTIDOS DE LA JUSTA

Ambos pelearán hoy por el oro, en París, pero no parece sencillo que puedan robarle el título de goleador olímpico.

Rahimi anotó el segundo y el cuarto gol de la paliza contra los Faraones, dirigidos por el brasileño Rogerio Micale, campeón con la Canarinha en los Juegos Olímpicos de Río 2016.

El primero de su cuenta fue en un remate de cabeza sin marca cerca del área (26'), y el segundo en una definición exquisita tras un contragolpe (64').

El delantero del Ez Abde fue el primero en vencer la valla del combinado egipcio con bello remate al ángulo izquierdo del portero Hamza Alaa (23').

Le siguieron el volante Bilal El Khanous, con un remate raso desde la frontal del área (51'), y el defensor Akram Nakach, al barrerse para conectar un pase en la frontera de las cinco con cincuenta (73').

Marruecos, campeón africano de la categoría y eliminado por España en semifinales, selló la humillación con un tiro libre excelso cobrado por Hakimi (87').

Capitaneado por Elneny, ex volante del Arsenal, Egipto se despidió de los Juegos Olímpicos de París 2024 con las manos vacías tras haber vendido cara su eliminación en semifinales ante Francia, en los tiempos extra.

España contra el sueño de Francia

París. España reta a Francia, que buscará coronarse en casa en la final del fútbol masculino de los Juegos Olímpicos de París 2024, que tendrá lugar hoy en el Parque de los Príncipes, ansioso de vestirse de azul, blanco y rojo.

Con la imagen fresca de la consagración de su selección mayor en la Eurocopa de Alemania 2024, los españoles esperan aguar la fiesta de Francia, que dirige el mítico Thierry Henry, en el hogar del Paris Saint Germain.

En el mismo recinto deportivo, con capacidad para 48 mil espectadores, los



franceses obtuvieron su primera gran conquista en el fútbol, guiados por Michel Platini, se impusieron 2-0 a la España de José Antonio Camacho y Luis Miguel Arcanada, en la final de la Eurocopa de 1984.

Semanas después, inauguraron su medallero en el fútbol olímpico después de derrotar a Brasil, con idéntico marcador, en la pugna por el oro de los Juegos de Los Ángeles.

La situación ahora es ligeramente al revés: los españoles aún sienten el calor



del triunfo en la Eurocopa y se ilusionan con que la llamada Rojita ponga fin a 32 largos años sin subir a lo más alto del podio, una proeza alcanzada por única vez con Luis Enrique y Josep Guardiola, en Barcelona 1992.

Plata en los Juegos Olímpicos Tokio 2020, con los defensores Juan Miranda y Eric García, presentes en París 2024, España disputará su cuarta final olímpica.

Pero su adversario ya demostró tener vida sin el delantero Kylian Mbappé

quien no fue prestado por su nuevo club, el Real Madrid. Y en su primer juego en la capital, tras disputar las pasadas rondas en otras ciudades, espera ser abrazado por los franceses.

Su cara más reconocida es Tití Henry, campeón del mundo en Francia 1998, en el timón, pero su trío ofensivo ha mostrado un engranaje tan encomiable como letal en el campo.

A Alexandre Lacazette, de 33 años de edad, se suman dos hombres sin experiencia en la selección mayor, pero responsables de seis de los 11 goles de Francia: el flamante fichaje del Bayern Munich, Michael Olise, de 22 años; y el espigado atacante del Crystal Palace, Jean Philippe Mateta, de 27 años.

Mateta anotó dos goles contra Egipto, en semifinales, uno de ellos para enviar el juego a los tiempos extra. / AFP

AMA ACUSA A USADA DE FRAUDE EN EXÁMENES

Atletas de EU, en la mira

EL DATO

SOSPECHA

El caso del atleta estadounidense Erriyon Knighton, quien, pese a dar positivo por trembolona ha competido en París



El estadounidense Erriyon Knighton participó en los 200 metros planos de los Juegos. Es señalado de dar positivo por trembolona

POR GABRIEL F. CODERO



París.- La Agencia Mundial Antidopaje (AMA) ha informado este jueves en una nota oficial de varios detalles sobre una continua serie de fraudes cometidos por la Agencia Antidopaje de Estados Unidos (USADA) en los últimos años.

La información se presenta al día siguiente de una publicación de un informe de Reuters sobre el tema que indica que los estadounidenses habían permitido que los atletas dopados compitieran durante años, sin castigarlos ni impedirles participar en los torneos.

CHINA SEÑALA "UN PROBLEMA SISTÉMICO DE DOPAJE EN EL ATLETISMO" EN COMPETIDORES ESTADOUNIDENSES



La trembolona no es un contaminante común sino un agente anabólico con fuertes efectos potenciadores sobre la fuerza y la explosividad"

CHINADA
COMUNICADO

AMA sustenta que tiene conocimiento de tres casos de atletas que compitieron durante años, "actuando como agentes secretos de la USADA, sin que la AMA fuera notificada y sin que existiera ninguna disposición que permitiera tal práctica bajo el código o el propio de la USADA"

AMA comenta que un deportista de elite supuestamente compitió en las eliminaciones olímpicas y eventos internacionales y admitió haber consumido esteroides y otras sustancias ilegales, pero fue autorizado por la agencia estadounidense

para seguir compitiendo hasta su retiro. AMA califica a la USADA de "hipócrita", por quejas de los estadounidenses contra deportistas de otros países, como China y Rusia entre otros.

CHINA RECLAMA

Por su parte, La Agencia Antidopaje de China (CHINADA) instó ayer a la Agencia Internacional de Controles (ITA) que haga más pruebas a los estadounidenses alegando que existe "un problema sistémico de dopaje en el atletismo" de ese país.

En un comunicado, CHINADA señaló que "existen muchas dudas" sobre el caso del estadounidense Erriyon Knighton, quien, pese a dar positivo por trembolona en marzo, ha podido competir en París tras determinarse que su positivo pudo ser causado por carne contaminada.

Según CHINADA, "la trembolona no es un contaminante común sino un agente anabólico con fuertes efectos potenciadores sobre la fuerza y la explosividad".

"En los últimos años, se han reportado cientos de casos de trembolona en todo el mundo, y en la mayoría, los atletas fueron suspendidos. Sin embargo, hay tres estadounidenses que han escapado de las sanciones alegando el consumo de alimentos contaminados", indica.

"La pregunta es, ¿por qué hay cientos de positivos en los últimos años, pero solo un pequeño número de atletas estadounidenses escapan a las sanciones?", agrega.

Así, CHINADA pide a todos los atletas que se entrenen en Estados Unidos que pongan "más atención al problema de la carne contaminada" y que "tomen medidas de prevención para evitar positivos".

"Hacemos un firme llamado a la ITA para que intensifique las pruebas a los atletas de pista de EU, además de recomendar que se fortalezca la supervisión antidopaje para proteger de verdad los derechos e intereses legítimos de los atletas limpios de todo el mundo". / EFE

FOTO: EFE

Obsequio de París, un peligro

Seúl.- El Gobierno surcoreano indicó este jueves que los teléfonos inteligentes que Samsung ha regalado a todos los deportistas que han participado en los Juegos Olímpicos de París 2024, incluyendo a la delegación norcoreana, supondrían una violación de las sanciones de la ONU, si los atletas norcoreanos deciden llevarlos a su país.

En virtud de diversas resoluciones sancionadoras, Corea del Norte tiene

EL DATO

SANCIONES

La resolución 2397 contra Corea del Norte fue adoptada en 2017 como castigo por el lanzamiento de un misil balístico.

prohibido el acceso a determinadas tecnologías que le puedan ayudar a desarrollar sus programas nucleares y de misiles.

"El Consejo de Seguridad de la ONU prohíbe, en virtud del artículo 7 de su resolución 2397, el suministro, venta o transferencia directa o indirecta a Corea

EL REGALO

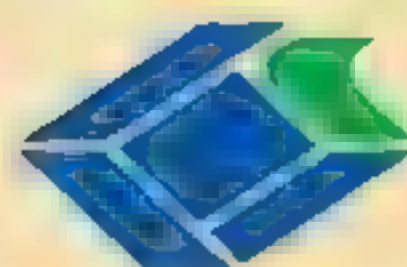
El gigante tecnológico Samsung, uno de los socios de París 2024, ha regalado a cada deportista en los Juegos un Galaxy Z Flip 6.

del Norte de toda maquinaria industrial, y los teléfonos inteligentes se consideran artículos prohibidos en virtud de dicha resolución", indicó ayer en rueda de prensa el portavoz de Exteriores, Lee Jae-woong, refinándose al paquete de sanciones más reciente. / EFE



FOTO: REUTERS

El smartphone que París 2024 ha regalado a cada atleta supone un peligro para la ONU si llega a Corea del Norte



Ecofibras
Ponderosa

En Ecofibras Ponderosa contamos con más de 30 años de experiencia en reciclaje de papel, cartón y Pet en México, convirtiéndonos en una solución definitiva para empresas y recicladores

COMPRAMOS
PAPELES BLANCOS -
MIXTURAS - PERIÓDICOS
- CORRUGADOS - PET

REDUCE
REUSA
RECICLA

Por cada tonelada reciclada,
estás salvando 17 árboles



MÉXICO

San Isidro Tecpatl No.206, Fracc. Industrial San Antonio
Azcapotzalco, Ciudad de México. Tel. (55) 10 78 84 79

PUEBLA

Calle Oriente No. 1807, Col. Xonaca, C.P.
72280, Puebla, Pue. Tel. (222) 765 46 01

TOLUCA

Calle Alfredo del Mazo No. 519, Col. Independencia,
Estado de México. Tel. (722) 884 74 21

PRONAL

www.pronal.com.mx

atencionaclientes@pronal.com.mx

Papel **MEDIUM y LINER 100% reciclado** desde
90 grs/m² hasta **160 grs/m²** para fabricación
de caja corrugada, caja micro-corrugada
y lámina de cartón

PRONAL

EMPRESA 100% MEXICANA FABRICANTE DE
PAPEL MEDIUM Y LINER CON
LOS MÁS ALTOS ESTÁNDARES DE
CALIDAD Y SERVICIO

Productora Nacional de Papel, S.A. de C.V. | Grupo Ponderosa, S.A. de C.V. | Cartones Ponderosa, S.A. de C.V.

Planta: Domicilio Conocido, Ejido San Miguel, Villa de Reyes, SLP. C.P. 79500. Tel: 01 (485) 861 09 00

Ventas: Libramiento a Tequisquiapan Km 4. Zona Industrial Valle de Oro, San Juan del Rio, Qro. C.P. 76803. Tel: 01 (427) 271 96 22

LAS REGLAS Y LOS REGLAZOS

POR EDUARDO BRIZIO



Ir a festejar al Ángel

La Selección Mexicana de nado sincronizado, comandada por Nuria Diosdado, regresó esta disciplina a los olímpicos, luego de veintiocho años de no lograr el boleto. Ante la ausencia de las rusas (por el veto a ese país por andar de belcos) fueron las chinas las que se quedaron con la presea dorada, para que nuestros vecinos del norte, el equipo de las Barras y las Estrella, se colgara al cuello la medalla de plata. Mientras que las españolas completaron el podium al ganar el bronce.

Se habían puesto muchas esperanzas en ellas. Sin duda, hicieron un gran esfuerzo. Elegante y ataviadas coordinadas, muy bonita, con una rutina del alto grado de dificultad ("jugamos como nunca y perdimos como siempre"), entonces, terminó el sueño.

¿Seremos el único país del mundo que celebra estridentemente un séptimo lugar en los Juegos Olímpicos?

Me explico, el equipo de nado sincronizado quedó en el sitio 7 (ya ven que los jueces en todas las disciplinas "la traen en contra de México") y de repente, salieron en la materia por todos lados calificando la actuación de las sirenas como "brillante".

Tercera llamada, tercera ¡Comenzamos! Era el escenario ideal, en el "reparto" la mala del cuento: Ana Guevara quien no solo les había negado las becas, sino que las obligó a que "pasaran la charola" además de "mandarlas a vender tupperware y calzones" para sufragar sus gastos.

Así, "victimizadas" saltaron a la alberca parisina. Nada mueve más los corazones de nuestros compatriotas que "sentir lástima y querer hacer justicia".

De modo que, una vez concluida la competencia, la mayoría (por no decir todos), hasta los líderes de opinión en materia deportiva, se volcaron en alabanzas y loas a la participación de del equipo femenino nacional, calificándolas de "históricas" y, de paso, arremetieron de nueva cuenta en contra de (la mala del cuento), la directora de la Conade, llevándola a comparar incluso con Judas Iscariote. Hasta la señora de la tiendita de la esquina ya era experta en nado sincronizado: "No doctor a esas niñas les robaron la medalla, ya les habían robado los dirigentes y ahora, les volvieron a robar los jueces". ¡Órale!

Solo faltó ir a festejar al Ángel



FOTO: @CRUZAZUL

La Máquina buscará mantener su dominio ante los equipos de EU

CRUZ AZUL SABE JUGARLE A LA MLS

A demostrar el dominio

LOS CENTENTEROS ENFRENTARÁN POR PRIMERA VEZ A ORLANDO CITY EN LA LEAGUES CUP

POR RUBÉN BERISTÁIN



Cruz Azul se mantiene con vida en la Leagues Cup 2024 y aunque accedió a la ronda de dieciseisavos de final con algunos problemas en su fase de grupos continúa como una de las máximas esperanzas de la Liga MX para trascender en el torneo binacional.

Ahora el rival de los celestes será el Orlando City, equipo que fue fundado hace una década y al que enfrentará por primera vez en su historia con la intención de

60%

DE EFECTIVIDAD TIENE CRUZ AZUL CONTRA EQUIPOS NORTEAMERICANOS

seguir con vida y sobre todo incrementar su hegemonía sobre los equipos de la MLS, aunque en las últimas dos ediciones no ha podido vencer a ninguno en tiempo regular del juego.

Han sido un total de 25 partidos en los que La Máquina ha tenido enfrente a un club norteamericano con un balance positivo de 13 triunfos, 6 empates y 6 derrotas, lo que le da un 60% de efectividad en los últimos 25 años en competencias como la Concacaf Champions Cup y recientemente en la Leagues Cup.

LOS NÚMEROS DE CRUZ AZUL



SUS MEJORES VICTORIAS

Cruz Azul 11-0 Seattle (1996)
Cruz Azul 6-1 Kansas City (2014)

SUS PEORES DERROTAS

Columbus 2-0 Cruz Azul (2021)
Real Salt Lake 3-1 Cruz Azul (2011)

Actualmente acumula una racha de cinco partidos seguidos sin poder vencer a cualquier equipo de la Major League Soccer aunque su saldo es de una derrota ante el Inter de Miami de Lionel Messi y cuatro empates consecutivos ante Atlanta United, Charlotte FC (dos veces) y Philadelphia Union. En las mencionadas igualadas recurrió a la ronda de penaltis para obtener a un ganador, en las cuales ganó en dos y sucumbió en otro par.

El último triunfo del equipo celeste contra la MLS fue en 2022 en Concacaf Champions cuando superó 1-0 al Montreal de Canadá con gol de Eriel Antuna cuando todavía estaba el técnico Juan Reynoso en el banquillo. De esa fecha para atrás, en 2021, venció dos veces a Toronto y perdió la Campeones Cup contra Columbus mientras que en 2020 fue derrotado por Los Angeles FC con gol de Carlos Vela.

En el año 2019 tuvo un par de enfrentamientos más y en ambos obtuvo la victoria, primero ante LA Galaxy y Chicago Fire. Mientras que en 2014 obtuvo una de sus victorias más holgada (5-1) ante el Sporting Kansas City, bajo el mando de Luis Fernando Tena y con anotaciones de Mariano Pavone (3), Chaco Giménez y Mauro Formica.

En 2011 fue el año cuando más veces chocó contra instituciones norteamericanas, un par de ocasiones ante Real Salt Lake y otras dos contra Toronto. Mientras que en 2010 lo hizo contra Columbus con dos victorias seguidas para un 7-0 global y en 2009 repitió la misma dosis de un par de triunfos sobre DC United.

Sus primeros cotejos fueron en 1996 y 1997, contra Seattle y LA Galaxy, donde obtuvo una goleada histórica (11-0) ante los del Pacífico.

El balance ha sido bueno para Cruz Azul ante los equipos de la MLS y este viernes querrá repetirlo en la mágica ciudad de Orlando, donde peleará por un lugar entre los mejores 16 clubes de la actual Leagues Cup.

**EL DT DE LAS ÁGUILAS
NO QUIERE DISTRACCIONES,
POR ELLO SE CENTRA SÓLO
EN AVANZAR**

POR MIGUEL ÁNGEL MÚJICA



El dominio de América en la Liga MX lo podría colocar como la carta fuerte del fútbol nacional para la Leagues Cup. Antes de considerarse favorito o con mayor chance de llevarse el título André Jardine, entrenador de las Águilas, confirmó que todo eso son distracciones para su plantel y prefiere dejar de costado las etiquetas para centrarse en su próximo rival el Atlas de Guadalajara.

No pensando en esto, el tema es para mantenerte enfocado, con el nivel de humildad que aspira a cosas grandes, estás enfocado en el próximo rival, esto es fútbol, debes ser más competente al otro equipo en los 90 minutos, si tienes más nómina, más seleccionados, más títulos poco importa, el que esté más concentrado, mejor, que sea más contundente, es el que pasa, el fútbol es de esto, cualquier tipo de teoría es para mí una distracción estamos evitando este tema, pensando en Atlas, en nosotros mismos para superar a Atlas expresó el DT.

Afirmó que no parten en desventaja respecto al cuadro tapatío, que ya ha jugado dos encuentros previos. "Es un tema

ANDRÉ JARDINE, ECUÁNIME

Evitan ser los favoritos



André Jardine habló de cara a la Leagues Cup, torneo en el que se presenta esta noche

que hace parte, una competición que tiene esta característica, cuando son factores que no controlas, no te ocupas con esto, si estar en tu mejor nivel vamos a necesitar un nivel muy bueno los amistosos fueron buenos, rivales de mucho nivel, claro que no es lo mismo amistosos que partidos eliminatorios como mañana, nuestro equipo se lució mucho, sobre todo el último partido tuvimos pocos errores, eso marca partidos como este, tienes que cometer pocos errores, nivel de concentración alto para pasar de fase.

Sabe que su equipo ha crecido desde la Leagues Cup pasada. Incluso, lo ve más motivado que en la edición 2023. "Comparando con la última edición, estamos en otro momento distinto, yo mismo, estaba conociendo los jugadores, la institución, viendo por donde y forma que debíamos jugar era un momento inicial, el sentimiento era de que estábamos lejos del América que queríamos construir, ahora tenemos un

grupo sólido, establecido, con margen de crecimiento aun ser mejores, con incorporaciones importantes, te modifican algunos puntos, claro que estamos encontrándonos con estos jugadores, con otro nivel de conocimiento del grupo, con más confianza por los títulos, este América es más sólido que el de la anterior edición."

Descartó por completo a Kevin Álvarez y Alejandro Zendejas, quienes todavía estarán lejos del grupo tres semanas. "Son casos distintos, Kevin depende de cómo reacciona en cada carga, estamos con mucho cuidado viendo el esfuerzo

cómo reacciona, si siente dolor o no, va soportando más esfuerzo cada día, diferente tipo de esfuerzo, no está ni siquiera para entrenar al nivel de todos, viendo cómo reacciona, ver cuánto antes pueda estar con todos, imagino que todavía faltan tres semanas para entrenar. Zendejas es primero cicatrizar el hueso, que ya no se vea la fisura", sentenció el brasileño.



Chiquito Sánchez, más adaptado

La llegada de Erick Sánchez al América sacudió el mercado, pero antes de presionarse al máximo, el volante de las Águilas señaló que sus compañeros lo ayudan día a día a sentirse en casa, al punto que siente que puede ser importante en el terreno de juego, sin dejar de lado que lo importante, tanto para él como para sus compañeros, es el grupo.

"Creo que hay vamos adaptándonos, el equipo, el vestidor hace que nos adaptemos lo más rápido, es algo bueno, la confianza, ver la forma en la que me arrojan, es importante, no quiero dejar pasar eso la unión es clara, muy marcada está forjado en el equipo, me va a ayudar adaptarme lo más posible, creo que esto



El receso ha servido para que Erick se adapte más.

no es de echarse un jugador al hombro todos mis compañeros están para hacerlo de la mejor manera, todo pasa por el equipo, no solo por un jugador, el gran compañeroismo que hay.

La concentración será clave para el choque ante el Atlas. / MIGUEL ÁNGEL MÚJICA



*¡Entendemos
tu dolor!*

*Dedícale unas últimas
palabras a tu ser querido*

**PUBLICA
UNA ESQUELA
PERSONALIZADA**



SUMA REFUERZO BRASILEÑO

PREVIO A SU DUELO DE LA FECHA CINCO ANTE CRUZ AZUL, EL LEÓN FEMENIL COMPLETÓ EL REGISTRO DE SU ÚLTIMO REFUERZO EXTRANJERO, SE TRATA DE LA MEDIOCAMPISTA BRASILEÑA ISADORA DAMASCENO. LA AMAZONICA CERRARÁ LAS CINCO PLAZAS, UNIÉNDOSE A LIXY RODRIGUEZ (COSTA RICA) Y FERNANDA PINILLA (CHILE), ASÍ COMO RUTH BRAVO (ARGENTINA) Y LA ATACANTE YSAURA VISO (VENEZUELA). / JESSE VILLALPANDO ZAMORA LEÓN



FOTO: MFC CONTRA

PRIMA DIVISION

LEÓN CRUZ AZUL

SEGUNDA DIVISION

PUMAS PACHUCA

TERCERA DIVISION

HAZATLÁN JUÁREZ

CUARTA DIVISION

EL DE HORAS

Las universitarias saldrán a buscar el triunfo ante las Tuzas en su cancha



Va a ser un partido con nosotras dentro de la cancha y que nuestra afición esté apoyando es muy importante, así que para mí CU es una fortaleza porque es nuestra casa"

DANIA PADILLA
VOLANTE PUMAS

lo que sabemos hacer, dentro de la cancha respetar al rival porque es un rival bastante bueno, y nosotras también lo somos

No hay excesos de confianza, nos mantendremos en nuestra esencia, en nuestra garra y nuestra entrega por cada balón es lo que no nos hace entrar en exceso de confianza", expresó

Asimismo, la mediocampista universitaria explicó que la prioridad del equipo es entrar a la Liguilla para tener la posibilidad a partir de ahí, pelear por el título, y para eso tienen que mantenerse en los primeros sitios generales

"Para nosotros siempre el objetivo primero es calificar y de ahí claramente pelear por el campeonato, entonces vamos partido a partido no queremos tener soberbia eso con nosotras no va. Estamos con los pies bien plantados en la tierra porque tener los pies en la tierra es muy importante para nosotras y así vamos trabajando partido a partido

"Si estamos dentro de los primeros lugares es por nuestro trabajo y ahí nos que vamos a mantener porque nuestra mentalidad es que el trabajo da resultados y ahí nos vamos a mantener"

Finalmente, expresó que ganar el partido de este viernes será importante y más en casa. "La casa se defiende con el corazón, con pasión y con entrega. Y eso se va a hacer el día de mañana (hoy) porque CU es una fortaleza para nosotras porque es nuestra casa es nuestra cancha, y más que nada el estar con nuestra afición también nos hace más fuertes"

PUMAS FEMENIL CON GRAN INICIO

Sin confianzas

POR KARLA UZETA



Pumas vive un torneo inédito en la Liga MX Femenil, llevan paso perfecto, han ganado todos sus partidos y están en el primer lugar de la Tabla General. Sin embargo, Dania

Padilla, futbolista fundadora de la Liga Femenil y que además toda su carrera ha sido parte de Universidad, dejó claro que ni ella ni ninguna de sus compañeras come

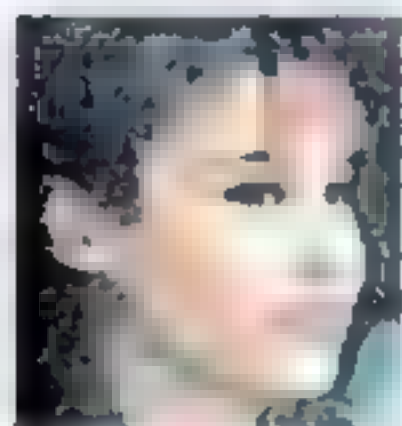
LAS FELINAS ENFRENTAN HOY A PACHUCA Y BUSCARÁN SUMAR UN ÉXITO MÁS EN EL TORNEO

terán el error de no caer en exceso de confianza debido al buen arranque.

"El exceso de confianza no va a existir en nosotras porque hemos trabajado para estar entre los primeros lugares y queremos seguir ahí. Es importante estar muy concentradas para el día de mañana hacer

ESTO

es servicio a la comunidad



Nombre: Abel Paulina
Cruz Barreto
Edad: 17 años
Actividad: Epl. Municipio
Tepic, Jalisco, México
Tel: 312 44 44 44

Para más información
llamamos al teléfono:
0445-3080 y 0445-8002
www.esto.com.mx

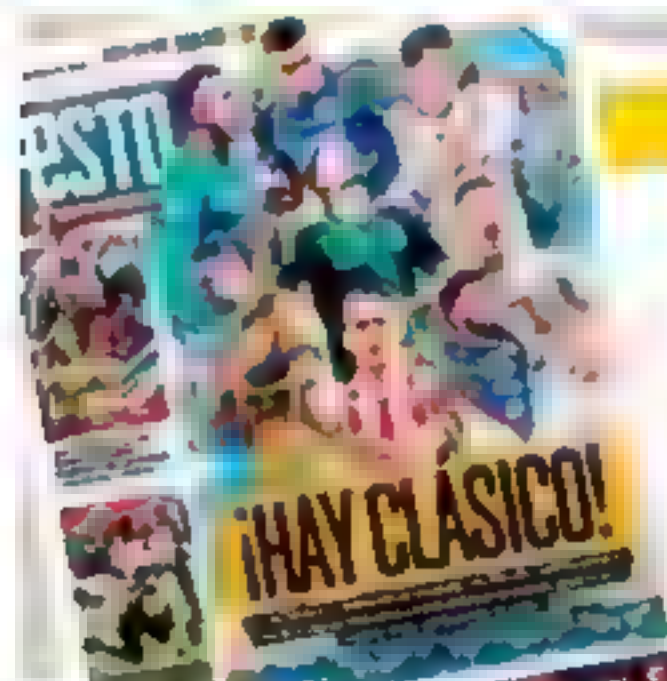
SOLICITA TU COTIZACIÓN



- ✓ EDICTOS
- ✓ AVISOS
- ✓ CONVOCATORIAS

- ✓ REPARTO DE UTILIDADES
- ✓ BALANCES FINANCIEROS
- ✓ IMPACTOS AMBIENTALES

El servicio se realizará mediante el teléfono y correo institucional dcarrillo@oem.com.mx



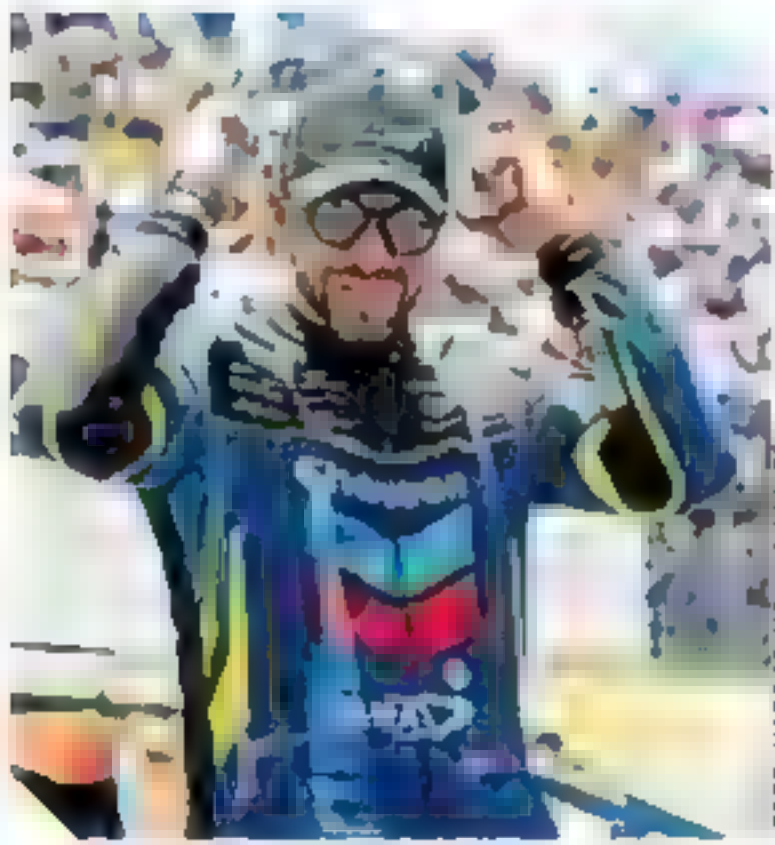


FOTO: NASCAR MEXICO SERIES

El capitalino quiere revivir los buenos momentos en el autódromo de Querétaro

Cosío quiere repetir victoria en Querétaro

El piloto capitalino Jake Cosío del Mustang No. 51 llega a tierras queretanas llusionado de lo que puede ser una gran carrera para el equipo Chevron Havoline Racing Team en la octava fecha de la Nascar Mexico Series y cabe hacer mención que tiene muy buenos recuerdos de este circuito, donde obtuvo su primera victoria en mayo de 2023.

"Llegamos a Querétaro con mentalidad positiva, hemos trabajado bastante duro en el coche desarrollando un set up específico para esta pista el cual nos hará tener un mejor rendimiento."

Después de una temporada llena de altibajos, Jake tiene la oportunidad de meterse a los playoffs por posición en la tabla. Cosío se ubica en el lugar once de la clasificación a únicamente dos puntos del corte, por lo que en caso de dar una gran carrera podría entrar de manera directa.

"Sabemos del potencial que tenemos y de lo que podemos llegar a ser. El año pasado fuimos constantes en este circuito y obtuvimos nuestra primera victoria."

"Querétaro es una gran sede y su afición es una de las mejores" **REDACCIÓN**



Llegamos a Querétaro con mentalidad positiva, hemos trabajado bastante duro en el coche desarrollando un set up específico para esta pista, el cual nos hará tener un mejor rendimiento."

JAKE COSÍO
PILOTO NASCAR

FALLECIÓ JORGE RODRÍGUEZ, EX SELECCIONADO.

Adiós a un histórico

VÍCTIMA DEL SÍNDROME FISHER EVANS SE LE RECUERDA POR JUGAR EN EL MUNDIAL DE EU 94

POR WANDA IZTUA

A los 56 años de edad falleció el ex futbolista mexicano, Jorge Rodríguez, víctima del Síndrome Fisher Evans, padecimiento que lo obligó a poner fin a su carrera como futbolista profesional cuando tenía apenas 28 años dentro de las canchas.

Después de que trascendiera el rumor de su fallecimiento, medios de comunicación e incluso en redes sociales se desmintió el acontecimiento; sin embargo, este jueves la noticia de que había fallecido, fue confirmada. Esto luego de que clubes como Diablos Rojos del Toluca (donde debutó como profesional en 1988 a los 20 años) y Cruz Azul, además de que la Federación Mexicana de Fútbol (FMF) igual que los equipos, compartieran una esquela en la que lamentaban el deceso y expresaban sus condolencias a los familiares de Jorge Rodríguez Esquivel.

El futbolista quien se desempeñaba como lateral derecho, fue parte importante de la generación que en la década de los 90 hizo que la Selección Mexicana tomara un rol protagónico en Concacaf, él fue parte del equipo nacional que participó en la Copa América de 1993, así como en la Copa del Mundo en Estados Unidos un año después.

¿QUIÉN FUE Y QUÉ GANÓ?

Es un ex jugador que nació en Toluca, Estado de México, el 18 de abril de 1968. Durante su trayectoria como jugador se desempeñó en la delantera y lateral derecha, y además de la Selección Nacional jugó con Toluca y Santos Laguna.

Durante su paso con el Toluca ganó una Copa México, torneo que lo catapultó para ser considerado por Miguel Mejía Barón para ser parte de la Selección Mexicana. Posteriormente formó parte de la convocatoria para la Copa del Mundo de Estados Unidos 94, fue titular en los partidos



Jorge Rodríguez Esquivel

Apodo: **Mudo**

Nacimiento: **18 de abril 1968**

Altura: **1.79 m**

Posición: **Defensor**

Debut: **1988**

Retiro: **1997**

Sus clubes: **Toluca y Santos**

FOTO: MEXSPORT

que el Tricolor disputó ante Irlanda, Italia y Bulgaria. Incluso es parte de la lista de seleccionados 'inolvidables' debido a que falló un penalti en los octavos de Final del Mundial ante Bulgaria. Mientras que con Santos Laguna ganó un título de liga en el Torneo Invernal 1996.

¿QUÉ ES EL SÍNDROME FISHER?

Se trata de un padecimiento en el que el sistema inmune ataca el tejido cerebral y algunos de los síntomas que presenta el paciente son falta o pérdida de equilibrio y coordinación, parálisis corporal o debilidad en los músculos.

RECORTA ESTE ANUNCIO, COMPRA UN BOLETO Y RECIBE UNO GRATIS

AUTÓDROMO QUERÉTARO

11 AGOSTO 11:00 HRS

BOLETOS ethickets.mx www.nascar.mx

Menores de 12 años entran gratis.



QEM

† Mario Vázquez Raña
Fundador

Paquita Ramos de Vázquez
Presidenta y Directora General

Francisco Torres Vázquez
Vicepresidente Ejecutivo

Francisco José Torres Cano
Director General de Ventas
y Estrategia Telemática

Jesús Sánchez Villarreal
Director General de Administración

Martha Ramos Sosa
Directora General Editorial

Antonio Rodríguez Demeneghi
Director General División Papel

Eduardo Sánchez Rodríguez
Director Nacional de Tecnología

Victor M. Pimentel González
Director Nacional
de Recursos Humanos

ESTO

David Segoviano Ramos
Director

Jorge Guzmán Torres
Subdirector

Maria Guadalupe Lira de la Rosa
Coordinadora

José Ángel Parra Martínez
Jefe de Redacción

LEONARDO RAMÍREZ
Jefe de Información

Celso Juárez Monjaraz
Editor Gráfico

Karen Morán Gutiérrez
Editora Web

Erik Alberto Estrella Valdez
Jefe de Fotografía

David Gustavo Carrillo Barrera
Director de Publicidad y Ventas

ESTO

Edición Diaria,
Año LXXXIII Número 29,578

Editor responsable:
David Segoviano Ramos

Número de Certificado de Reserva
Protegido por el Instituto Nacional del
Derecho de Autor

04-2008-071518241400-101

Número de Certificado

de Licitud de Título 14250

Número de Certificado

de Licitud de Contenido 11823

Domicilio de publicación: Guillermo
Prieto N° 7 Col. San Rafael, Ciudad

de México, C.P. 06470 Impreso: Talleres de la
Caja Periodística ESTO, S.A. de C.V.

Guillermo Prieto 7 Col. San Rafael
Ciudad de México, A.C. Cuauhtémoc

C.P. 06470

Distribuidor: Expendios de la Unión de
Expendios y Votaciones

de los Periódicos de México A.C.

Teléfonos del periódico:

Dirección: 55-55-35-60-46

Donatario: 55-55-60-15-11

Publicidad y Ventas: 51-40-10-58

y 51-40-10-60

publicidad@esto.com.mx

Nota: Las letras IP al final de una

información significan inserción pa-

gada. Prohibida la reproducción total

o parcial de las informaciones y mate-

rial de esta edición, sin autorización

previa de la Dirección.

No se devuelven originales.

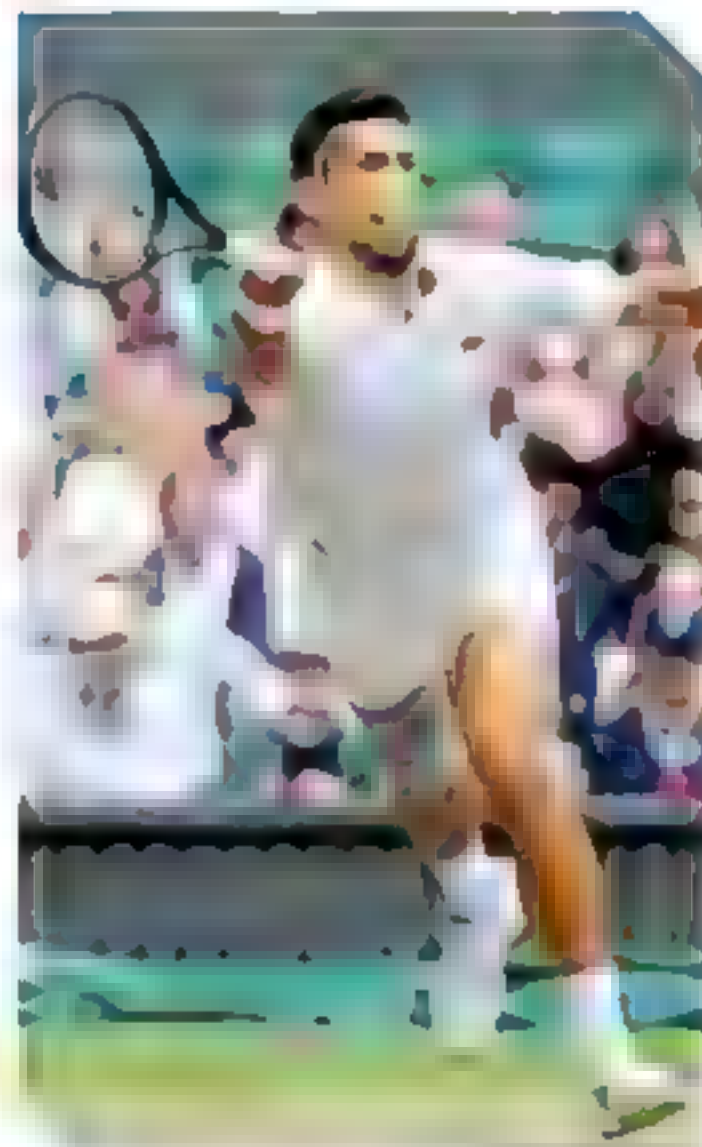


FOTO: REUTERS

El serbio prefirió tener tiempo con
su familia, tras su medalla de oro

Nole se retira de Cincinnati

Novak Djokovic, defensor del título se retiró del Abierto de Cincinnati de la próxima semana tras su triunfo en el torneo individual de los Juegos Olímpicos de París, informaron los organizadores del evento.

El anuncio de la decisión del serbio de no participar en el evento preparatorio para el Abierto de Estados Unidos se produce cuatro días después de que venciera a Carlos Alcaraz en París y se convirtiera en el quinto jugador en ganar los cuatro torneos del Grand Slam y el título olímpico en individuales durante su carrera.

"Entendemos que es un cambio rápido desde su triunfo olímpico para venir a Cincinnati", dijo el director del torneo Bob Moran en un comunicado. "Su actuación aquí el año pasado fue memorable. Estamos ansiosos por verle pronto de nuevo en la pista".

El serbio prefirió seguir festejando el título olímpico que por tantos años buscó y llegó en un año, donde hasta el momento no ha ganado ninguno de los tres grandes torneos como son el Australian Open, Roland Garros y Wimbledon. Tan sólo resta el US Open a iniciar en unas semanas, donde buscará otro título más en su exitosa carrera. En los Juegos de Tokio se llevó se tropezó con el alemán Alexander Zverev, que ahora fue eliminado en las primeras rondas. / REUTERS

CERCA

No ha ganado un título de Grand Slam desde el US Open 2023 y este año perdió las semifinales de Australia y Wimbledon

PEPE ANUNCIÓ SU RETIRO DEL FÚTBOL

Punto final

EL DEFENSOR TERMINA SU CARRERA FUTBOLÍSTICA LUEGO DE CASI DOS DÉCADAS DE INICIAR

AFP

El defensor internacional portugués Pepe, de 41 años, anunció el fin de su carrera como futbolista en un video publicado en redes sociales este jueves.

"Me gustaria dar las gracias a todo el mundo", declaró el veterano futbolista Pepe en un video en su cuenta de Instagram en el que enumera los clubes en los que jugó, la selección y su familia.

"Todos me dieron el apoyo necesario para irme con la conciencia tranquila", añadió el defensa central que dice adiós tras participar en la Eurocopa 2024 y finalizar su contrato con el FC Oporto.

Nacido en Brasil, pero por cosas del destino llegó a Portugal con 18 años; Kepler Laveran Lima Ferreira, su verdadero nombre, comenzó su carrera profesional en el Marítimo de Madeira.

Tras su primera temporada en el Oporto (2004-2007) estuvo diez años en el Real Madrid (2007-2017), donde

ganó tres campeonatos españoles y tres Ligas de Campeones.

Después de temporada y media en el equipo turco del Besiktas, volvió al Oporto en enero de 2019.

El defensa portugués fue 141 veces internacional y es el tercer jugador con más partidos en la selección detrás de Cristiano Ronaldo y João Moutinho.

"No hay palabras para expresar todo lo que significa para mí. Ganamos todo lo que podíamos ganar en la cancha, pero el mayor triunfo es la amistad y el respeto que tengo por ti. ¡Eres único, hermano!", escribió en Instagram Cristiano Ronaldo, que aun tiene cuerda para varios años más en el fútbol.

Pepe ganó la Eurocopa 2016 y la Liga de Naciones en 2019 con Portugal. "Ahora que se ha retirado, debemos decir en voz alta, gracias Pepe", dijo la Federación Portuguesa de Fútbol.

En cada uno de los Mundiales abrió la mejor que tuvo, por desgracia no pudo ganar ninguna Copa Mundial.

FOTO: AS/ELEONOR TUBAL



Termina una exitosa
carrera con la selec-
ción portuguesa.

Vuelven hoy a la catedral

La acción en la catedral de la Lucha Libre mexicana esta de vuelta, con tres luchadores que buscarán llevarse el aplauso del respetable, además de con firmarse como los rostros del Consejo Mundial de Lucha Libre.

Místico será el protagonista de la batalla estelar en la Arena México. El Seminarista de los ojos blancos hará equipo con Templario y Máscara Dorada para enfrentar a tres de los rudos más peligrosos de la baraja luchística. En un equipo con completan Soberano Jr y Ángel de Oro, el Barbaro Cavernario será el hombre a seguir por la rivalidad que tiene con el rostro de la CMLL. El pronostico será reservado, pues ambos podrían llevar su rivalidad al límite y cualquiera puede ganar.

Otro que vuelve a las funciones es telares del viernes es Octagon. En la lucha semifinal de trios, el Amo de los Ocho Ángulos tendrá como compañeros a Atlantis y Volador Jr para chocar con tres malvados listos para hacerles daño. Último Guerrero será el referente. El lu-



FOTO: LUIS BARRERO

chador de Otro Nivel hará equipo con Stuka Jr y Gran Guerrero en una batalla que será para la historia.

El match relámpago está de vuelta, con dos super estrellas que comienzan a

Místico
vuelve a
la Arena
México.

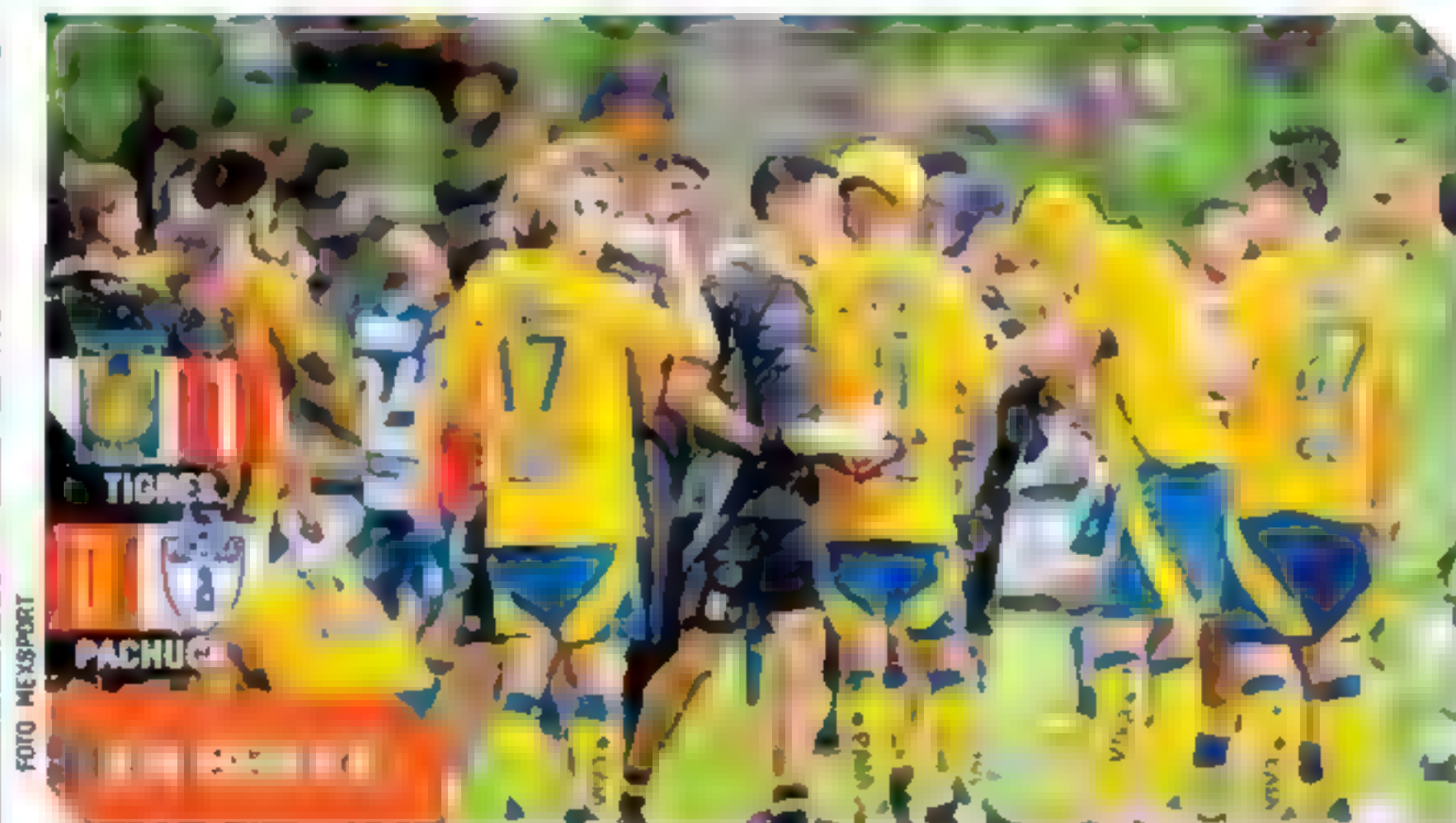


FOTO: MEXSPORT

UNIVERSO

Un rasguño y a octavos

Con un gol de Marcelo Flores, los Tigres de la UANL superaron la ronda de los 16vos de final al vencer a Pachuca y con ello siguen vivos en la Leagues Cup. El gol se resistió durante gran parte de los noventa minutos, no fue sino hasta la parte complementaria en donde llegó el dardo de la diferencia. Nicolás Ibañez, en una jugada a línea de fondo, mando un centro para que en el área chica llegara Marcelo Flores y mandara el balón al fondo de las redes al minuto 65, acción suficiente para poner cifras definitivas para avanzar a los octavos de final de la Leagues Cup. / REDACCION

OTROS RESULTADOS

INTER MIAMI	4	TORONTO
SEATTLE	3	LA GALAXY
SI EARTHQUAKES	5	NECAXA

UN MUNDO DE AÑOS

Nick Foles dice adiós a la NFL

El QB Nick Foles y quien llevó a los Eagles de Filadelfia a su única victoria en el Super Bowl anunció el retiro de los emparrillados de la NFL. Foles, de 35 años, fue seleccionado en la tercera ronda del draft del 2012 por los Eagles antes de disputar cinco campañas con Filadelfia en dos periodos. "Estoy increíblemente agradecido por la oportunidad de retrarme como Eagle de Filadelfia", dijo Foles un comunicado que publicó el equipo.

COCAUFTO

Le agrada practicar el atletismo

La tenista estadounidense Coco Gauff, número 2 del mundo, confesó que cree que podría haber sido una atleta olímpica, participando en carreras de 400 metros, y que le gustaría participar en competiciones de atletismo al final de la temporada de tenis.

Gauff, que derrotó a la china Yuan Wang en dos set (6-4 y 6-4) en el WTA 1000 National Bank Open de Toronto, dijo "que podría haber sido, no sé si sería tan buena en atletismo como en tenis". / EFE

II

LUCHAS DE APUESTAS HA SUPERADO MÍSTICO A LO LARGO DE SU CARRERA

causar furor en la gente. De un lado, el General del Ring, Dragón Rojo Jr., pondrá a prueba todas sus artimañas, aunque, en frente tendrá al siempre peligroso Difunto. En duelo de rudisimos, el escenario se dividirá por el carisma que ambos han mostrado en el último tiempo.

El Pequeño Maestro Virus vuelve a los encordados para hacer equipo con Cancerbero y Luciferno.

El trio infernal tendrá que detener a tres expertos voladores, Stigma, Arkalis y Pegasso, en una tercera lucha que levantará a todos de sus asientos por la espectacularidad de los estetas técnicos.

La segunda lucha, que calentará los motores, tendrá a seis luchadores que apuntan alto en el futuro cercano. Por el lado científico, Legendario, Valiente Jr. y Capitán Suicida, harán equipo para intentar frenar a Espanto Jr., Dark Magic y el siempre peculiar japonés Okumura.

Los precios van desde los 650 pesos en las zonas más cercanas al cuadrilátero, hasta los 175 en las laterales. / MIA MUNCA



Christian Horner salió bien librado de la acusación en su contra

FOTO: REUTERS

Empleada de RB pierde recurso contra Horner

Una empleada perdió su apelación contra la absolución del jefe de la escuela Red Bull de Fórmula Uno. Christian Horner, de acusaciones de comportamiento inapropiado, informó la empresa de bebidas energéticas.

La empleada no identificada, que fue suspendida en marzo, apeló después de que su denuncia original fuera desestimada tras una investigación realizada por un abogado independiente que exculpa a Horner, quien ha negado las acusaciones.

La empresa matriz del equipo RB con sede en Austria, dijo en un comunicado que la apelación fue llevada a cabo por otro abogado principal independiente, que no fue identificado.

"Las conclusiones han sido aceptadas y adoptadas por Red Bull. El proceso interno ha concluido". / REUTERS

LA MEJOR LUCHA LIBRE DEL MUNDO.

VIERNES 9 DE AGOSTO 2024,
8:30 PM

ARENA MEXICO

MÍSTICO
TEMPLARIO Y
MÁSCARA DORADA

VS

SOBERANO JR.,
ÁNGEL DE ORO Y
BARBARO CAVERNARIO

CMLL

OCTAGÓN, ATLANTIS Y VOLADOR JR. VS
ÚLTIMO GUERRERO, STUKA JR. Y GRAN GUERRERO

MATCH RELÁMPAGO DE RUDOS
DIFUNTO VS DRAGÓN ROJO JR.

LA FUERZA PODLANA (STIGMA, ARKALIS Y PEGASSO) VS
LOS CANCERBEROS DEL INFIERNO (VIRUS, CANCERBERO Y LUCIFERNO)

LEGENDARIO, VALIENTE JR. Y CAPITÁN SUICIDA VS
OKUMURA, DARK MAGIC Y ESPANTO JR.

ELECTRICO Y LEÓN VS INQUISIDOR Y SANGRE IMPERIAL

COMPRA TUS BOLETOS EN TAQUILLAS O EN TICKETMASTER.

LUIS VALDOVINOS
El Sol de México

Conquista sin proponérselo

Es amplia la oferta que las plataformas de streaming ofrecen a los espectadores. Series y películas compiten por captar la atención de la audiencia, dentro de ese mar de opciones, sin proponérselo, la película mexicana *No negociable* se convirtió en una de las más vistas en las últimas semanas.

Con un silencioso estreno, la cinta que protagonizan Mauricio Ochmann, Leonardo Ortizgris y Gonzalo Vega Jr. superó los 7.2 millones de vistas en sólo tres días. Conquistando las audiencias de Vietnam, Francia, Canadá, Singapur y Polonia.

En América Latina, el filme conquistó el número uno del top ten en México, Argentina y Venezuela.

La premisa parte del secuestro del Presidente de México, a cargo de un hombre (Leonardo Ortizgris) que con sus problemas familiares a cuestas está además desilusionado porque el político no cumplió sus promesas de campaña. Este individuo tiene que pactar con el mejor negociador de rehenes del país, Alan Bender (Mauricio Ochmann).

En entrevista con *El Sol de México*, los Gonzalo Vega Jr. y Leonardo Ortizgris compartieron las claves que han llevado a la cinta a conquistar a la audiencia.

"De pronto te sorprendes de que una película con esas características se convierta en el top en otros países. Tiene un gran equipo, edición, música, pero no tiene los grandes figuri-

La película *No negociable* protagonizada por Mauricio Ochmann y Leonardo Ortizgris, llegó al top ten del streaming en América Latina y Europa; dos actores del elenco señalan las razones



Enoc Leño como el Presidente Araiza; la película la han visto 7.2 millones de personas

nes o las grandes figurines estelares de actrices o de actores, algo a lo que a veces se le apuesta muchísimo", explicó Ortizgris, actor ganador del Ariel por *Museo*.

"Creo que sorprende por eso. La industria se transforma día a día y queda demostrado que no es suficiente con estas recetas que antes se utilizaban", agregó el actor.

No negociable, creada a partir de la idea de Alejandro de Grazia dirigida por Juan Taratuto y escrita por Julieta Steinberg, y que también integra a Tato Alexander en el reparto, toca el tema de la corrupción y la delincuencia. "Todo el mundo nos identificamos con los gobiernos corruptos, es una película sencilla", dijo Ortizgris.

"Es una historia con la que todos nos podemos identificar y en muchos lugares del mundo, no solo en México", señaló Gonzalo Vega Jr. "Está muy balanceada dentro de sus géneros. Tiene comedia, tiene suspenso, drama y nunca se carga de más hacia un lado u otro", agregó el actor.

A medida que los 90 minutos transcurren, la visión del espectador se amplía para descubrir las razones que llevan al secuestrador Vicente Zambrano a cometer el crimen y querer afrontar cara a cara al máximo mandatario.

Para Vega, otra de las virtudes de la película son los personajes quienes se alejan de los estereotipos de criminales del país. "A veces hay que romper con las reglas y romper con la ley para ser escuchado y para lograr hacer algún tipo de bien", dijo.

"Desde el guion se presenta a personajes de carne y hueso, no al clásico malo. A muchas personas les encantaría estar en esa situación teniendo enfrente al presidente de su gobierno", comentó Ortizgris sobre la película que impacta especialmente por su final inesperado.

LL

LEONARDO ORTIZGRIS
ACTOR

"Desde el guion se presenta a personajes de carne y hueso, no al clásico malo"



HORÓSCOPOS

IGNACIO TEODORO / EFE



ARIES Te sentirás observado mientras trabajas. Las labores de la casa pueden convertirse en motivo de discusión con la familia, sobre todo si las abordas con tan mal espíritu.



TAURO Notaras hoy un impulso afectivo muy potente, solo que tal vez suceda en el momento o lugar que menos esperas, pero pronto te darás cuenta de ello.



GEMINIS Algun ingreso extraordinario te permitirá cumplir con una deuda que ya estaba durando algo más de lo recomendable para tu fama de buen pagador.



CÁNCER Vas a superar todas las dificultades por las que pasa tu puesto de trabajo. Con tesón y paciencia sortearás los obstáculos que te vayas encontrando.



LEO En el trabajo se presentan cambios a los que eres completamente ajeno. Pero si miras la cuestión con objetividad, verás que ahí tienes opciones de promoción y mejora.



VIRGO Si tienes discusiones con tu pareja por el dinero y por la forma de dirigir la casa, tendrás que pensar que estas son las cosas de vivir en pareja. Tiene otras muchas ventajas.



LIBRA Es un día dedicado a la revisión de objetos del pasado. Tal vez por una mudanza o simplemente porque disfrutarás de tiempo libre para revivir aventuras de tu infancia.



ESCORPIÓN Etapa de extraordinaria sensibilidad erótica con tu pareja, buscando sin tapujos nuevas sensaciones, que no siempre deben comenzar o acabar en la cama.



SAGITARIO Jornada indicada para todo tipo de relaciones sociales, personales e íntimas. Notaras seguridad en ti mismo y un halo de receptividad a tu alrededor.



CAPRICORNIO La ayuda en casa será indispensable para llegar al final del día. El trabajo puede ser especialmente duro en estos momentos y te verás obligado a cumplir con él.



ACUARIO Necesitas un poco de organización en el trabajo. Tus posibilidades no son infinitas y no puedes seguir aceptando trabajo que no sabes cuándo podrás sacar adelante.



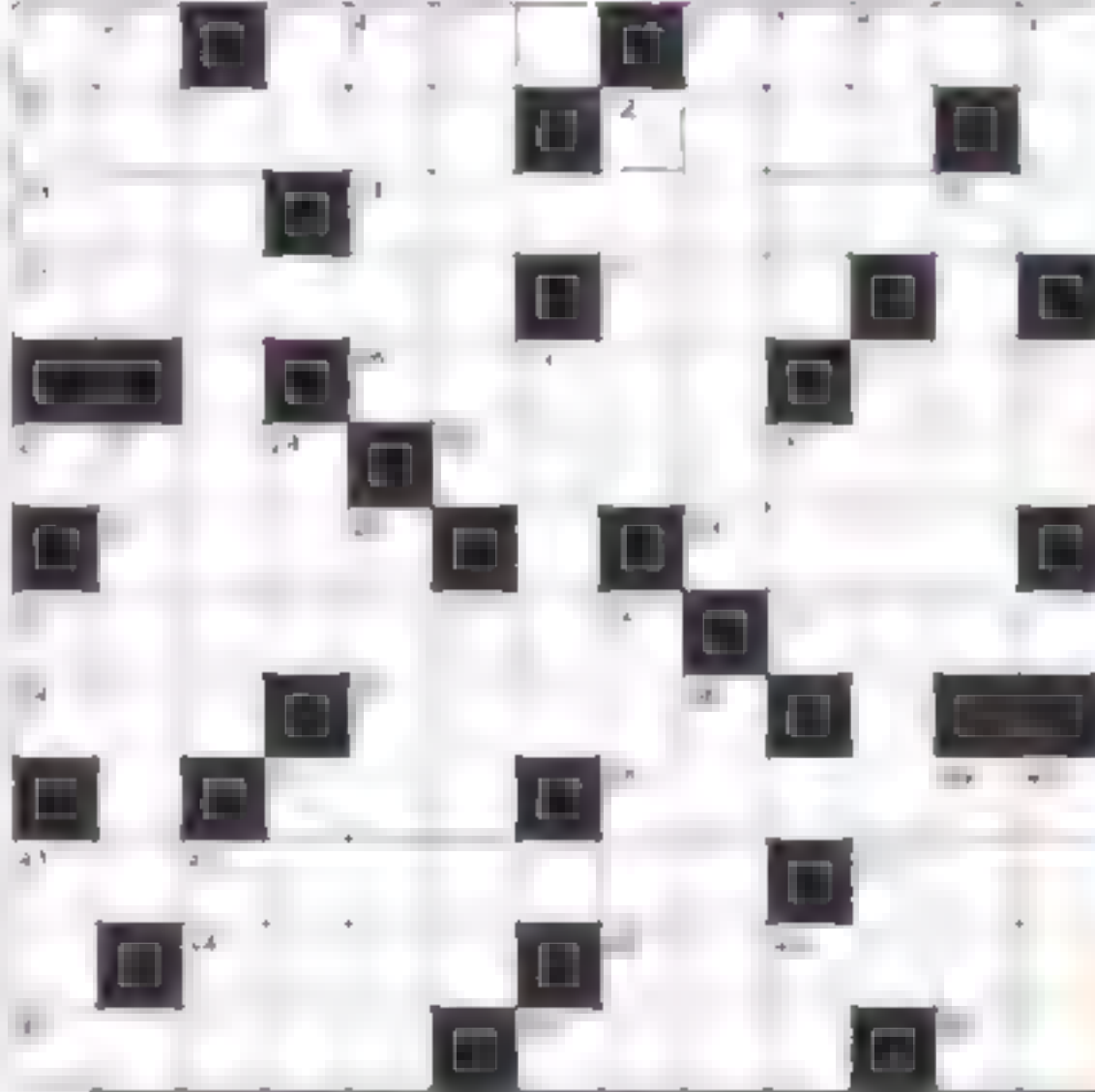
PISCIS El aire libre y el paseo por la naturaleza pueden despejarte la mente y desprenderte de tantas preocupaciones que pasan a partir de hoy a ocupar un segundo plano.

CRUCI MANIA

HORIZONTALES

1. Abreviatura usual de "usted".
3. El río más largo de España.
6. Antiguo territorio de ultramar de Portugal, situado en la costa sureste de China.
10. Da fuerza o vigor.
12. Cubra con la tapa.
13. Antigua medida de longitud.
14. Magnífico, suntuoso.
16. En Argentina, lona delgada.
17. Prefijo "nuevo".
18. Distribuyó algo entre varios.
20. Especie de cerveza inglesa.
22. Volcán del sur de Italia, en el centro de Camerun.

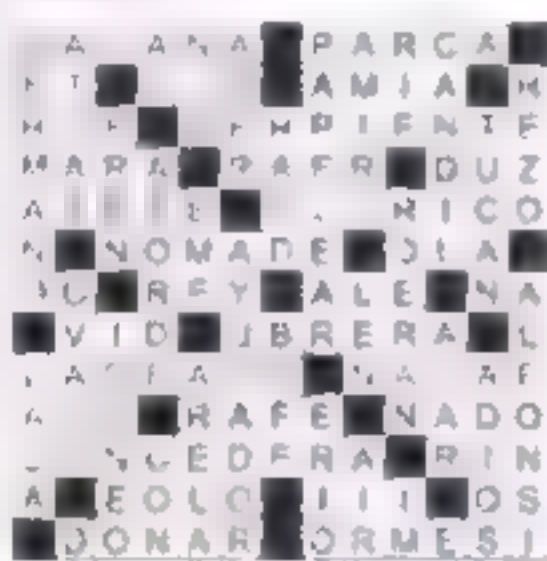
25. Sentencia breve e irrevocable.
27. Pieza del arado.
29. Acción y efecto de apearse.
30. Insecto lepidóptero.
33. Animal solipédo empleado como bestia de carga.
34. Composición que se canta o toca entre dos.
35. Tallo recién nacido de una planta.
37. Quitó algo de una superficie como raspándola.
38. Se mueve alternativamente a un lado y otro.
41. Armonizarán los diversos colores de varias cosas.
43. Percibir el sonido.
44. Juntas, lies.
45. Se dice de ciertas plantas leñosas de flores pentámeras o polímeras y actinomorfas.
47. Habitación grande de una casa para recibir las visitas, hacer reuniones, etc.
48. Lengua sudanesa hablada



en el centro de Camerun.

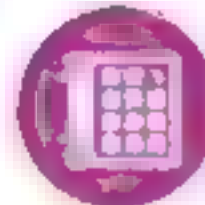
VERTICALES

1. Río de Eurasia.
2. Cedo gratuitamente a otro el dominio de una cosa.
3. Río de España, en Lugo.
4. Pimpollo o renuevo que empieza a desarrollarse.
5. Igualará con el rasero.
6. Maniotea.
7. Que tiene aptitud.
8. Gallo (pez).
9. Autillo, ave nocturna.
11. Relativo a los plátanos o bananos.



12. Asgo, mantengo asida una intima.
15. Puz teleosteo clupeiforme de carne muy estimada.
19. Enfrenté.
20. Agregación de materia.
21. Interección para animar a las vacuolitas.
23. Traumatismo.
24. Pimiento.
26. Interjección que denota sorpresa.
28. Retrasan el momento de realizar algo.
30. En números romanos, 1500.
31. Percibías el olor.
32. Remolcará la nave.
36. Perteneciente o relativo al asno.
37. Prefijo "nartz".
39. Atan con lias.
40. Agracejo (árbol).
41. Pero.
42. Tejido que forma malla poligonal.
46. Nota musical.

SUDOKU



		8		5				9
9	4							3
1		3	8		4			
	6	5			2			
		4		6				
			5	4			7	
6						8	9	
		1		8			2	

4	8	1	7	6	3	9	5	2
5	3	7	8	2	9	1	4	6
6	9	2	5	4	1	3	7	8
2	6	5	1	9	7	4	8	3
9	4	3	2	5	8	7	6	1
1	7	8	4	3	6	5	2	9
3	2	6	9	7	5	8	1	4
7	1	4	3	8	2	6	9	5
8	5	9	6	1	4	2	3	7

UNETE A LATA

BUSCAMOS

OPERADOR QUINTA RUEDA

Ofrecemos:

- Pago de descansos 1 RM
- Sueldo garantía
- Vales de Despensa
- Cotización IMSS en base a viajes
- Fondo de Ahorro
- Caja de Ahorro
- Servicio de Comedor
- Equipo de Seguridad Industrial
- Bono de productividad
- reclutamiento, y por contratación

Requisitos:

- 12. Asgo, mantengo asida una intima
- 15. Puz teleosteo clupeiforme de carne muy estimada
- 19. Enfrenté
- 20. Agregación de materia
- 21. Interección para animar a las vacuolitas
- 23. Traumatismo
- 24. Pimiento
- 26. Interjección que denota sorpresa
- 28. Retrasan el momento de realizar algo
- 30. En números romanos, 1500
- 31. Percibías el olor
- 32. Remolcará la nave
- 36. Perteneciente o relativo al asno
- 37. Prefijo "nartz"
- 39. Atan con lias
- 40. Agracejo (árbol)
- 41. Pero
- 42. Tejido que forma malla poligonal
- 46. Nota musical

Contacto:

Lic. Karime Favela
871 359 1273
AV. CEYLÁN # 1016
INDUSTRIAL VALLEJO,
AZCAPOTZALCO,
CDMX.



Guía a un mejor

EMPLEO



Director de Hostal narra una historia de bandidos

BELÉN ELIGIO
El Sol de México

Eli Roth dirigió a figuras como Cate Blanchett y Jamie Lee Curtis en su adaptación del videojuego *Borderlands*

El director Eli Roth no teme darle su toque de locura y caos a los proyectos donde participa, el más reciente es la adaptación cinematográfica de *Borderlands*, un videojuego creado en 2009, que sigue a un grupo de forajidos que emprenden una misión en conjunto, con una cazarrecompensas.

En entrevista con *El Sol de México*, el también realizador de *Hostal* adelantó que esta historia "no será violenta, pero verán este elemento donde sientes que la persona a cargo está perdida y está en manos de un lunático, quería traer esa diversión a la película".

"También hay humor en todas mis películas, incluso cuando la chica está siendo perseguida, un carrito de supermercado golpea a alguien en la cabeza. Los personajes gritan, pero la audiencia se está riendo. Es la diversión lo que es asqueroso y loco, quería tener escenas que llevaran a la gente a decir que nunca habían visto eso en una película", agregó el también actor.

El estadounidense subrayó que contó con la autorización del creador del juego, Randy Pitchford, para modificar la historia y adaptarla a un lenguaje de cine que funcionara dentro del libreto que coescribió con Joe Crombie.



ELI ROTH
DIRECTOR

"Cate Blanchett aprendió a usar el lanzallamas, verán a esta ganadora del Oscar usando un arma"

UN GRAN ELERCO

La trama se centra en una cazarrecompensas llamada Lilith (Cate Blanchett) durante su travesía al planeta Pandora. Su tarea es encontrar a la hija de Atlas (Edgar Ramírez), y para lograrlo hara equipo con un grupo de forajidos conformado por Roland (Kevin Hart), Tiny Tina (Ariana Greenblatt), Krieg (Florian



Su película ya se exhibe en cine de México

Munteanu), Tannis (Jamie Lee Curtis) y Claptrap (Jack Black).

Con respecto a este elenco de grandes figuras, contó que el público los verá realizando un trabajo muy distinto a los que han hecho antes.

"Cate Blanchett aprendió a usar el lanzallamas, verán a esta ganadora del Oscar usando un arma", bromeó.

La labor de dirigir a un grupo tan experimentado de actores es más sencilla de lo que parece, pues únicamente se trata de darles la mayor libertad posible, aseguro.

"Solo hay que darles una cámara, dejarlos hacer lo suyo y quitarte del camino. No vas a tener un mejor efecto especial que el rostro de Cate Blanchett o de Jamie Lee Curtis".

Dado que su filmografía se compone, en su mayoría, por cintas de terror y acción, con títulos como *Viernes negro*, y *El justiciero*, además de *Hostal*, entre otras, los artistas ya sabían qué esperar cuando aceptaron colaborar con él.

Roth considera esto un punto a su favor, ya que a los mismos actores les permite dar rienda suelta a su creatividad cuando llegan al set.

"Al trabajar conmigo saben que harán algo diferente, confían en mí, saben que yo también soy actor. Cuando se acercan a mí, están dispuestos a volverse completamente locos".

HACE CASO OMISO DE LAS CRÍTICAS NEGATIVAS

El director confesó que cuando está trabajando en una película, suele mantenerse alejado de las redes sociales, para evitar ser influenciado por posibles comentarios negativos que pueda leer respecto a su trabajo.

Afirma que únicamente volteará a ver estas opiniones cuando alguien de su equipo le advierte que hay algo relevante donde se requiere su atención, y siempre con la finalidad de mejorar su trabajo. "A mí me importa hacer una buena película, pero no me fijo tanto en lo que diga la gente. No puedo trabajar si me preocupó por la opinión de una persona, porque cada quien piensa diferente", explicó.

"No hay una sola película que complazca a todos, no existe. Es un error tratar de hacerlo, mi trabajo es intentar hacer la mejor película posible y sacar todo ese ruido", finalizó.

Borderlands va está exhibiéndose en las salas de cine.

Una comedia política parecida a la realidad

LUIS VALDOVINOS
El Sol de México

En el pasado, *Tona* fue un político honesto, que luchó por los intereses de sus seguidores, sin embargo, después de la muerte de su esposa, se casa con *Bella*, una mujer que lo acompaña para convertirse en la primera dama de México.

Cegado por los lujos del poder, se transforma en un hombre sin escrúpulos. Pero, ¿a qué se enfrentaría un candidato a presidente de México, si fuera hechizado para poder hablar únicamente con la verdad, siendo sincero con

lo que piensa sobre cualquier aspecto?

Eso es lo que vive Tonatiuh Pérez Prieto, el protagonista de la cinta *El candidato honesto*, protagonizada por Adrián Uribe, quien encuentra en ella la virtud de ser una historia entrañable con una reflexión incluida sobre la redención y el arrepentimiento.

"Nos enfocamos en contar una historia de este personaje, de cómo va a dándose cuenta de que se está perdiendo en el camino con tal de cumplir esa misión de poder, que divierta, pero que también tenga mensaje era el objetivo desde el principio", explicó Adrián Uribe en en-



El candidato honesto se estrena en cines

entrevista con *El Sol de México*

"Bella es una mujer frívola, su máximo en la vida es tener poder, ser famosa, para ella es muy claro desde el principio que conocer a *Tona* es la oportunidad de su vida", explicó Mariana Seoane.

Adrián Uribe y Mariana Seoane interpretan a una pareja unida por la ambición de poder

"Por el interés que hay entre estos dos personajes, creo que también eso los conecta, por sus carencias, sus ganas de sobresalir y de poder. Ahí es donde ellos hacen clic", agregó Adrián Uribe.

La cinta llega a las salas de cine en un momento de coyuntura, mencionó Adrián Uribe. "Estamos viviendo momentos históricos, una mujer llega al poder y mando mis mejores deseos como mexicano, que le vaya bien y que haga las cosas bien, que sea congruente como este personaje que a lo mejor no fue el más honesto, pero se da cuenta que se equivocó y trata de dar lo mejor".



SIGUE LA
COBERTURA
DE LA

**CONVENCIÓN
DEMÓCRATA**

CON LUCY BRAVO

DEL 19 AL 22 DE AGOSTO



adn



Descarga

Spotify

Apple TV

WhatsApp

PARÍS MANTIENE SU INFLUENCIA

Revolucionaria del deporte

FOTO: CORTESÍA BIBLIOTECA NACIONAL DE FRANCIA



Uno de los parques en París lleva el nombre de la inmortal Alice



El Alice Milliat Gymnasium es un homenaje a la memoria de Alice Milliat *

LA EX DEPORTISTA ALICE MILLIAT ABRIÓ LA PUERTA A LAS COMPETIDORAS EN LOS JUEGOS OLÍMPICOS

POR HÉCTOR ALFONSO MORALES
ENVIADO

ESTO EN París.- Durante su vida, Alice Milliat se dedicó a derribar los muros que impedían a las mujeres competir en las disciplinas de los Juegos Olímpicos. Y como toda rebelde, no pidió permiso, sino que destruyó todos los frenos impuestos a su género

Desafió nada menos que a Pierre de Coubertin, quien tenía opiniones misóginas sobre las deportistas, al crear los Primeros Juegos Femeninos de la historia en los años 20 del siglo XX. Además fundó en 1921 la Fédération Sportive Féminine Internationale (FSFI) para defender el derecho de las mujeres a practicar deportes de alto rendimiento.

Esto fue un parteaguas en la historia, porque rompió la resistencia que existía contra las atletas y terminaron por ser incluidas en Amsterdam 1928 en las pruebas de 100 metros, 4x100, 800 metros, disco y salto de altura.

Es contrario a mi voluntad que las mujeres hayan sido admitidas en un número de pruebas cada vez mayor. Sigo pensando que el atletismo femenino debería ser excluido del programa olímpico" externó De Coubertin, considerado padre del olimpismo moderno

Ante este tipo de declaraciones, Milliat no cesó su lucha y mantuvo los Juegos Femeninos en 1930 y 1934, hasta que se dio la ampliación del programa de la máxima justa deportiva de la humanidad en

FOTOS: HÉCTOR ALFONSO MORALES / ENVIADO



Karim Kriche muestra parte de los logros de Alice Milliat



Ella fue la primera mujer en practicar deportes en Francia, ella era como una estrella, un ícono para el deporte femenino en la historia de nuestro país"

KARIM KRICHE
GERENTE ALICE MILLIAT
GYMNASIUM

las siguientes ediciones. Esto provocó la disolución de la FSFI en 1938, por haber cumplido su misión

Hoy, el espíritu de Alice está presente en la capital y en el deporte francés. Hay calles y gimnasios que llevan su nombre en forma de homenaje. Quizá el mayor reconocimiento a su legado es que en París 2024 hay 50-50 en los porcentajes de atletas hombres y mujeres

Karim Kriche es el encargado del Alice Milliat Gymnasium en 11 Rue d'Alésia, a 22

minutos en automóvil de la Torre Eiffel. De ese recinto, salen futuras estrellas de la gimnasia y otras actividades atléticas

"Ella fue la primera mujer en practicar deportes en Francia, ella era como una estrella, un ícono para el deporte femenino en la historia de nuestro país", señala Kriche en pequeña charla con ESTO, "porque en inglés no es muy bueno"

Kriche enfatiza en que los jóvenes franceses no tienen un conocimiento pleno de Milliat y su importancia histórica en cuanto a lograr la equidad de género en los Juegos Olímpicos

"Las nuevas generaciones no saben mucho de esta mujer, quizá es más conocida entre las personas mayores, sobre todo lo que hizo en Francia. A los más chicos les llaman más la atención los futbolistas o los basquetbolistas"

Francia mantiene vivo el nombre de Alice Milliat en su capital, mientras que la actual edición de los Juegos Olímpicos tiene una fuerte influencia de su rebeldía

Alice Milliat practicó el remo entre muchas otras disciplinas.

1921
SE FUNDÓ LA
FEDERACIÓN
INTERNACIONAL
DE DEPORTE
FEMENINO

SOY

MÁS QUE UN GÉNERO

NÚMERO 129 / VIERNES 9 DE AGOSTO DE 2024

EDITOR ALEJANDRO CASTRO | EDITOR GRÁFICO ALEJANDRO PÉREZ

Tom Daley

*Y los atletas que se
llevan la medalla
de la inclusión*

A
BY



Unode

VESTI...
EL...
...
...
...
...
...
...
...
...



Se cuelgan la medalla de la inclusión

GERARDO LEÓN

París 2024 se ha convertido en la justa olímpica donde sobresalen más deportistas de la comunidad LGBTQ+, como ha sido el caso de Tom Daley, Nico Keenan, Nadia Podoroska y muchos más

Para Tom Daley el temor de confesar al mundo su orientación sexual fue más fuerte que la sensación de estar parado sobre las puntas de los pies al filo de la plataforma de clavados de 10 metros de altura, disciplina que le llevó a conseguir la medalla de plata junto a su compañero Noah Williams en los Juegos Olímpicos de París 2024.

Aquel día, después de lograr la codiciada presea, el clavadista de 30 años de edad se encontraba en una entrevista para la BBC, la cual fue interrumpida al ser bañado por un líquido que le cayó desde las gradas.

El causante del incidente fue su hijo Phoenix, de 13 meses, que le había arrojado un vaso de jugo. El pequeño se encontraba celebrando el triunfo de su papá en los brazos del esposo de Tom, el cineasta norteamericano Dustin Lance Black, junto a su hermano mayor, Robert Ray de cinco años.

Ambos nacieron mediante el proceso de gestación por sustitución, con vientre de alquiler, que, en ambos casos ha tenido lugar en Estados Unidos, un año después de que Daley y Black se unieran en matrimonio en mayo de 2017, en una boda simbólica que tuvo lugar en Plymouth, Reino Unido, país de origen de Tom.

"Me he casado con el amor de mi vida. Gracias a todos los que hicieron de este fin de semana el más especial de nuestras vidas", postó el atleta británico en su cuenta de Instagram junto a una imagen donde su esposo le daba un beso. La publicación superó los 134 mil 609 likes y tuvo más de tres mil 250 comentarios.

El clavadista británico dijo en entrevistas con diferentes medios internacionales, que uno de sus mayo-

res temores era dar a conocer su preferencia sexual, sobre todo, porque no sabía cuál sería la respuesta del Comité Olímpico Internacional.

Sin embargo, fue el 2 de diciembre de 2013 cuando tomó la decisión de declarar su homosexualidad, a través de un video en YouTube, que actualmente alcanza la cifra de 13 millones 18 mil 460 visualizaciones.

"Al llegar la primavera de este año, mi vida cambió al conocer a alguien

Daley fue tendencia no sólo por su maestría en los clavados, sino también porque es un artista del tejido y formó una familia con el cineasta Dustin Lance Black.

que me hacía sentir feliz, y ese alguien es un hombre", explicó en el video.

Tras su "salida del closet", y ganar la medalla de oro en los Juegos Olímpicos de Tokio 2021, el medallista no dudó en hablar de la seguridad con la que ahora disfruta su vida sin necesidad de esconder sus preferencias.

"Espero que cualquier joven LGBTQ+ pueda ver que, por muy solo que te sientas, no lo estás y puedes conseguir lo que quieras. Me siento increíblemente orgulloso de decir que soy gay y también ser campeón olímpico. Cuando era más joven pensé que nunca lograría nada por ser quien era. Ser un campeón olímpico ahora demuestra que se puede lograr cualquier cosa", dijo, en una rueda de prensa.

En aquella ocasión, Daley no dudó en narrar las difíciles experiencias que vivió, por la presión social al ser una figura pública.

"Hablando de deportistas, hay más atletas abiertamente gays en estos Juegos Olímpicos (Tokio 2021) que en otros anteriores. Salí del armario en 2013 y cuando era más joven siempre sentí que estaba solo, que era diferente y que no encajaba. Había algo en mí que me decía que no iba a ser tan bueno como la sociedad quería que fuera", afirmó.

CLAVADO EN EL ARTE DE TEJER

Pero el talento que demuestra en la disciplina deportiva en la que es experto, es equiparable al que tiene en el arte del tejido. Esta faceta se dio a conocer durante su participación en Tokio donde las cámaras de todo el mundo lo captaron tejiendo un estambre en las gradas mientras su equipo de natación competía.

La imagen se volvió viral en redes sociales, logrando consolidar su fama no sólo como figura del olimpismo internacional, sino como artista de la aguja y el crochet.

"el tejer, lo utilizo como una manera de aliviar el estrés. Lo hago todo el tiempo para salir de mi propia cabeza, es mi meditación, mi calma", expresó a los medios.

Su habilidad con el tejido lo llevó a crear su propia línea de accesorios que lleva por nombre Made With Love, e incluye productos como suéteres, pantuflas, fundas para audífonos y para celulares, entre otros, con los que ha conquistado las redes sociales.

El 27 de octubre de 2022 lanzó su primer libro Made With Love: aprenda a tejer y hacer crochet con esta guía paso a paso, que se convirtió en un best seller del Sunday Times el 31 de octubre de 2022.

El contenido incluye clases magistrales fáciles de seguir junto con 30 proyectos paso a paso. En él, Tom ofrece consejos y trucos útiles para ayudar incluso a los principiantes.

TALENTO LGBTQ+ EN LA PISTA OLÍMPICA

En las Olimpiadas de 2020, celebradas en 2021 (por pandemia) en Tokio Japón, se contabilizaron 182 atletas que se identificaron como LGBTQ+ de acuerdo con el "Rainbow Report" de la Fundación Pride House International, este número representa el 14 por ciento del total de competidores.

Pero en 2024 París puso el ejemplo con unos Juegos Olímpicos que de acuerdo con Outsports, sitio web que compila la base de datos de atletas olímpicos abiertamente LGBTQ+, rompieron un récord al tener a 193 de esta comunidad compitiendo. El recuento superó los 186 atletas de los Juegos Olímpicos de Tokio celebrados en 2021.

NICO KEENAN

El argentino es uno de los atletas destacados de los Juegos Olímpicos París 2024. Además de su éxito en el hockey sobre césped, también goza su éxito en el plano amoroso celebrando ser la pareja del viceprimer ministro de Países Bajos, Rob Jetten.

"Todo el mundo dice que soy un modelo a seguir. Aunque ni siquiera siento que estoy haciendo nada especial, simplemente vivo mi vida como quiero vivirla", dijo en conferencia de prensa.

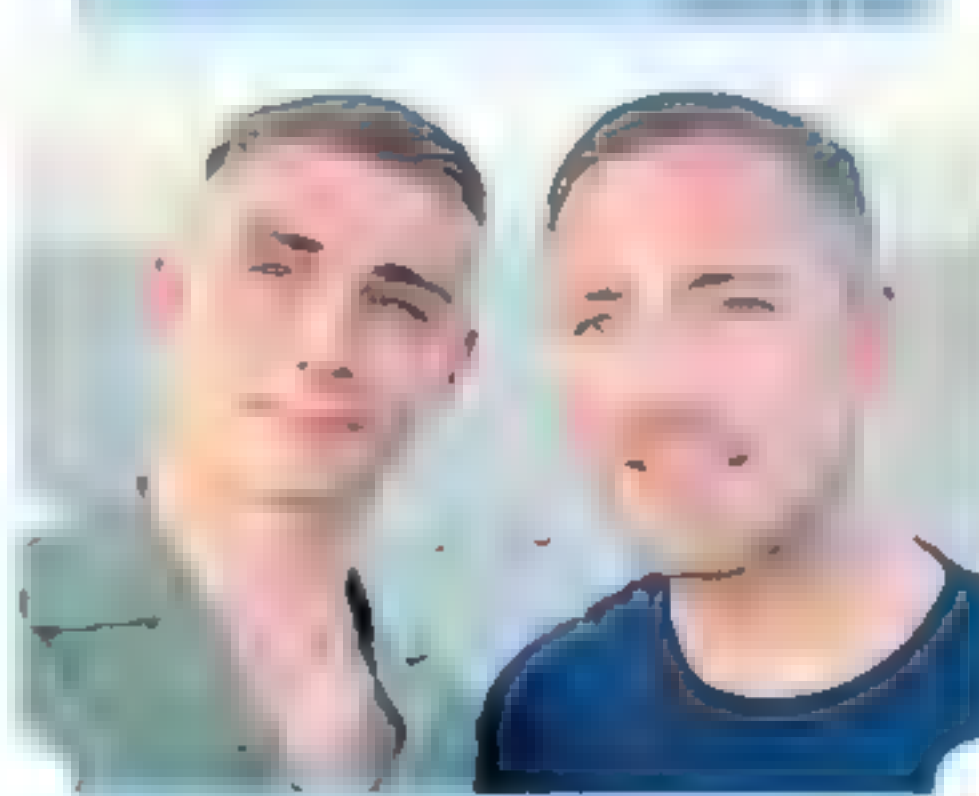
Esta frase costó más de un disgus-



Yulimar Rojas es otra atleta abierta sobre su sexualidad



Nadia Podoroska y Maria Lourdes Carle también compitieron en París



Jack Woolley (izquierda) aquí con su pareja

NADIA PODOROSKA

La tenista argentina dio su punto de vista en entrevista con Clay Tennis sobre por qué cree que no hay ningún tenista masculino de la élite que haya reconocido abiertamente ser homosexual: "Yo lo veo en el día a día. Es mucho más difícil para los hombres porque se cargan (se molestan) muchísimo más. Al que no habla mucho, al que es tímido enseguida le dicen, perdón, eh: "Este es re puto, te gay". Así nunca va a aceptarse él, nunca va a querer acercarse a al guien. Pasa en un momento así, como yo lo vi, como en todos lados. Por eso es mucho más difícil para ellos. En las mujeres no pasa lo mismo, por eso es más 'fácil' poder compartirlo y aceptarlo. En los hombres es muchísimo más difícil".

En la lista también están el primer atleta de atletismo masculino estadounidense Nico Young, y el primer judoka masculino, Timo Cavellus, de Alemania.

El atleta irlandés de taekwondo Jack Woolley, en sus segundos Juegos Olímpicos, es uno de los atletas masculinos emocionados de estar en la lista LGBTQ+. "En los últimos meses, realmente he notado los beneficios de estar abierto en una relación entre personas del mismo sexo y cuánto puede inspirar a otros, así que muchas gracias por compartirnos! Es muy importante", dijo a Woolley a Outsports.

Otro caso emblemático fue el de Yulimar Rojas, la superestrella de

salto triple que no estuvo en estos juegos por lesión, pero que ha sido cuatro veces campeona mundial medallista Olímpica de plata, y ha establecido un récord del mundo. Con el emoji del arcoíris en su perfil de Instagram, Yulimar es abierta sobre su sexualidad.

"Mi orientación, mi sexualidad siempre ha sido importante para mí y para mi carrera. Desde que comencé el deporte siempre he tratado de luchar por las ideologías y los derechos de las mujeres y del colectivo LGBTQ+", manifestó Rojas a los medios internacionales.

"Es también un salto para que se respeten el amor y la vida, se respeten las ganas de amar y de ser amado, y que se valoren cada día los derechos humanos", agregó.

Ubicado a unos metros del Pont Alexandre III, que une la explanada de Les Invalides con el Grand Palais, y bajo el lema El lugar para sentirse orgullosos, un barco llamado Rosa Bonheur sur Seine alberga diariamente, hasta el final de los Juegos Paralímpicos a miles de locales y turistas.

LA PRIDE HOUSE PARÍS 2024

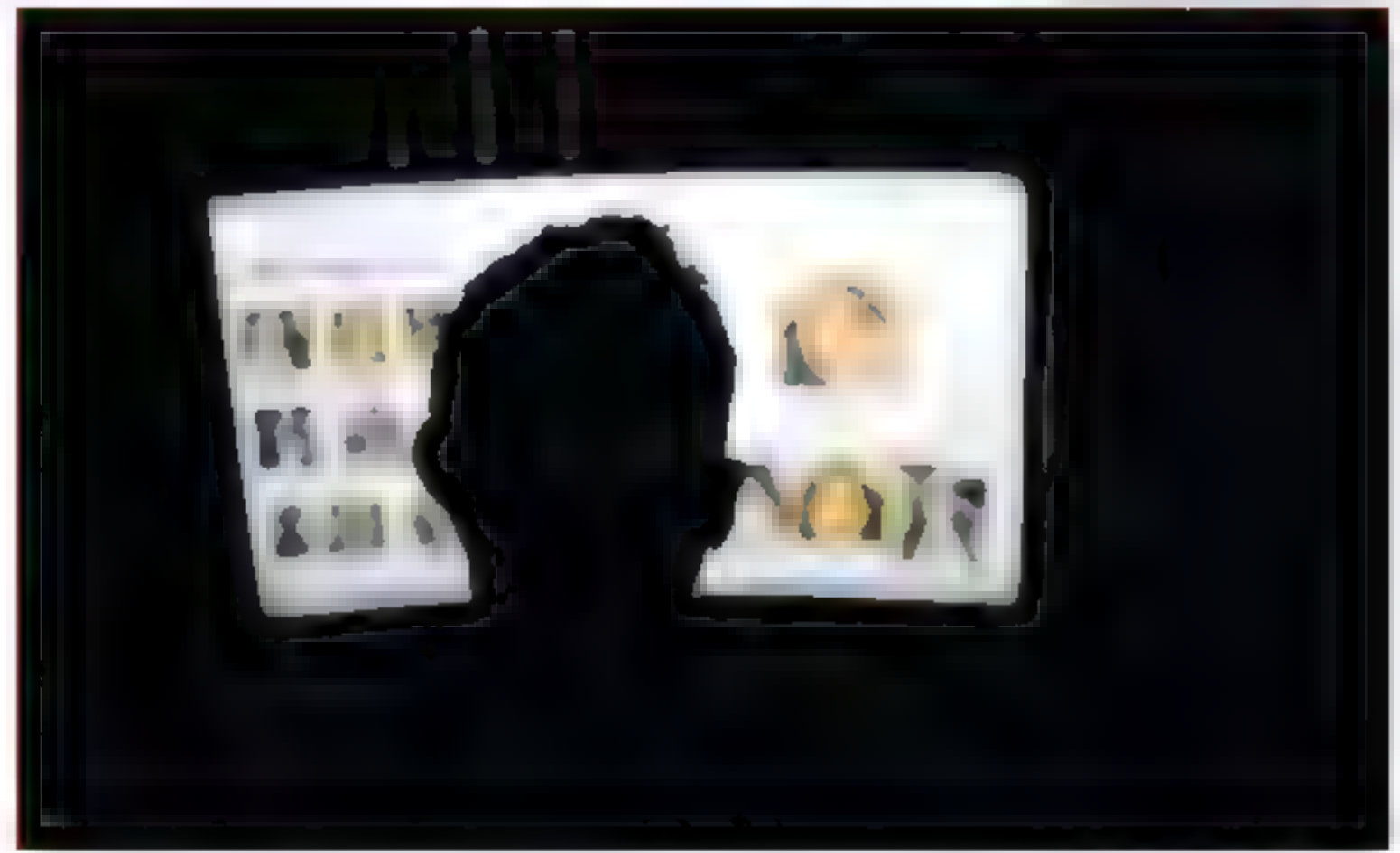
Es la vigésimo cuarta edición de la Pride House, una iniciativa de la organización Fier-Play que tuvo su punto de partida en los Juegos Olímpicos de Invierno de Vancouver 2010 y busca promover la inclusión, la equidad y el respeto en el deporte en el marco de un "espacio seguro para simpatizantes, atletas y aliados".

"Todos dicen que soy un modelo a seguir. Aunque ni siquiera siento que estoy haciendo nada especial, simplemente vivo mi vida como quiero vivirla"

NICO KEENAN
ATLETA



Miles de personas participaron en la marcha anual del Orgullo LGBTQ+ del Christopher Street Day (CSD), en la ciudad de Berlín, Alemania

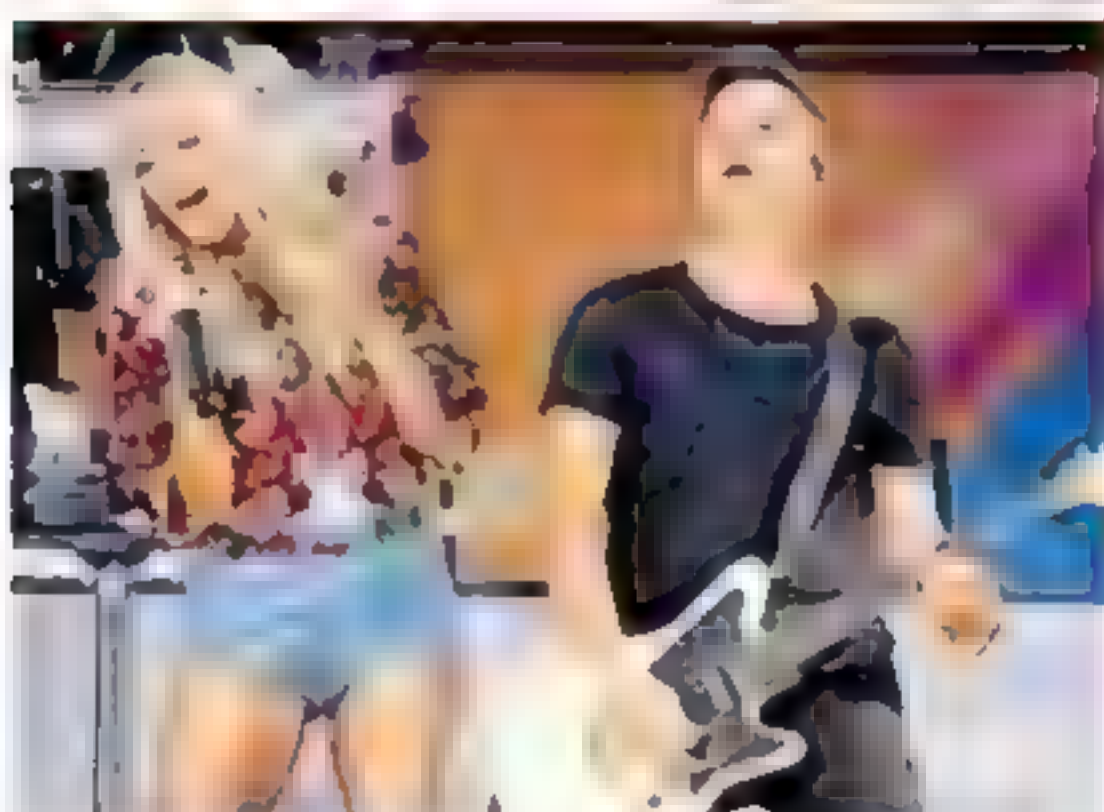


Una persona que participa en una demanda colectiva contra OnlyFans, dice que la empresa se benefició de falsas estrellas porno para su negocio



Que el reggaetón las empodera

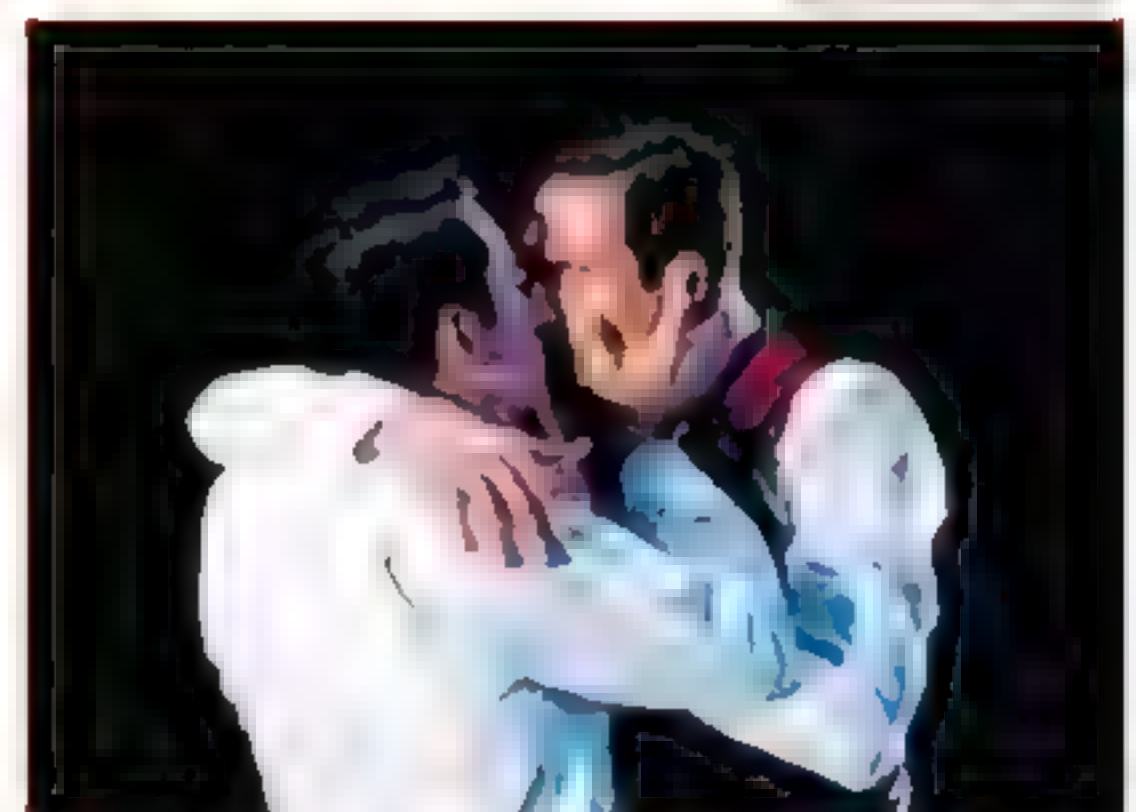
La cantante Emilia dijo que esta música ayuda en la lucha por la igualdad de género, al permitir a las mujeres expresarse abiertamente sobre su sexualidad, aunque reconoció que aun hay mucho por conseguir



Carrie Underwood se presentó como parte de la serie de conciertos "Good Morning America" en Rumsey Playfield/SummerStage en la ciudad de Nueva York



La cantautora Linda Fekri habló con la prensa sobre su experiencia con el aborto después de una publicación viral, en Nápoles, Italia



Intimo Tango y ArTaller presentaron la Gala con Tango Queer-MX en la Sala Principal del Palacio de Bellas Artes, como parte de la Temporada de Danza 2024

Autoras que *subvirtieron* las normas de género

ANJA REKESZUS

The Conversation via Reuters*

Las historias de Karoline von Woltmann, Carmen Sylva y Laura Gonzenbach están muy lejos de los clásicos cuentos de hadas

Rapunzel, Cenicienta y La Bella Durmiente, las populares historias de los hermanos Grimm, se han convertido en una forma abreviada de describir lo que colectivamente consideramos cuentos de hadas. Son historias con un fuerte tono moralista en las que las mujeres humildes y obedientes son recompensadas mientras que las transgresoras sufren.

En la historia de éxito continua de los cuentos de hadas, popularizados nuevamente por grandes corporaciones como Disney, las mujeres que recopilaban y escribieron otro tipo de historias han sido ignoradas durante mucho tiempo.

Tres de ellas fueron Karoline von Woltmann, Carmen Sylva y Laura Gonzenbach, cuyas historias reivindican la autonomía de las mujeres y abordan sus necesidades.

KAROLINE VON WOLTMANN (1782-1847)

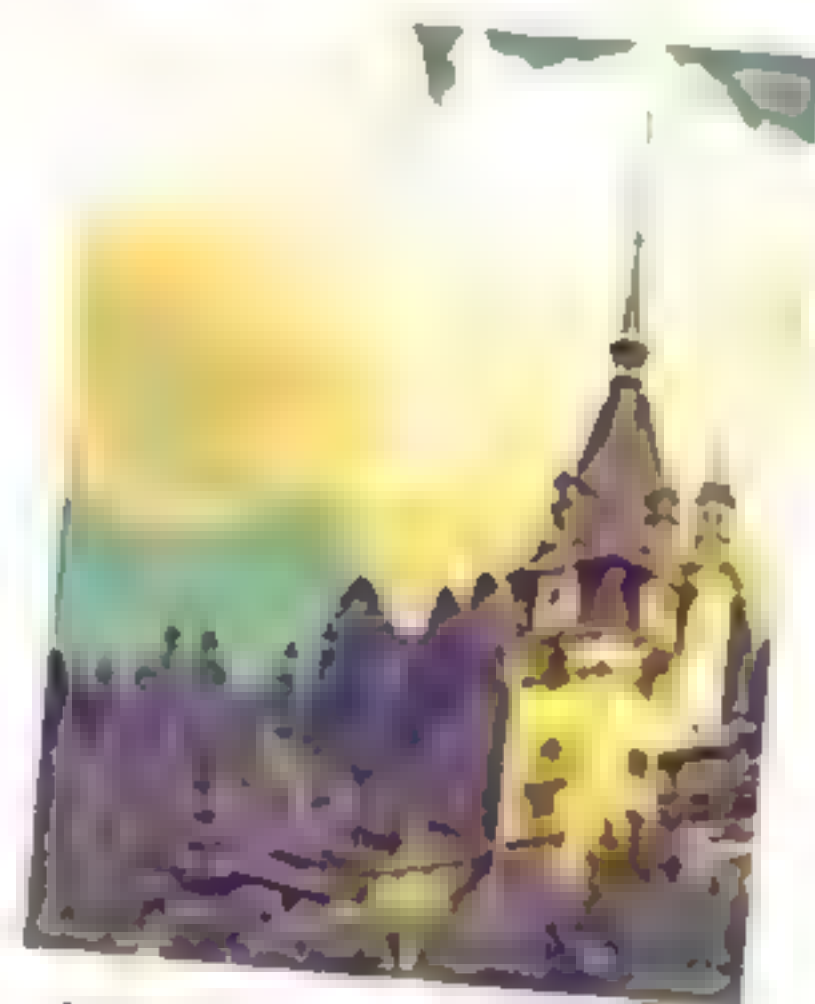
Woltmann pasó la mayor parte de su vida escribiendo ficción histórica, así como obras sobre la propiedad social. Ella respalda una división de roles sociales en función del género y aboga por la importancia del matrimonio como institución social.

Pero sus escritos fantásticos nos brindan una visión más matizada de sus puntos de vista. En *Der Mädchenkrieg* (La guerra de las muchachas), de su colección *Volkssagen der Böhmen* (Cuentos populares de los bohemios, 1815), Woltmann vuelve a contar una leyenda bohemia tras la muerte de la legendaria reina Libuše.

Los textos de estas mujeres reafirman la capacidad de acción de las mujeres y abordan puntualmente sus necesidades.

FENETRI, DIGITA

Carmen Sylva Pelesch-Märchen Märchen und Mythen aus Rumänien



HOFENBERG DIGITAL

Varias de estas historias socavan los modelos sociales que promueven las fábulas más populares de la actualidad.

Las mujeres de la corte, lideradas por Wlatislava, se oponen al deseo de los hombres de gobernar Bohemia y utilizar a las mujeres únicamente como esposas y sirvientas. Se produce un conflicto cada vez más violento entre los sexos, que termina en una batalla final en la que muere Wlatislava. Pero gracias a los esfuerzos diplomáticos de dos parejas amantes de la paz, el conflicto se pone fin. Las esposas regresan con sus maridos y estos juran honrar a sus esposas.

Si bien el statu quo se restablece al final de este relato, el mensaje principal de Woltmann es que el matrimonio se basa en la equidad y el respeto. Critica a los hombres que lo utilizan como herramienta de opresión y afirma que los sexos deben cooperar en cuestiones de gobierno.

CARMEN SYLVA (1843-1916)

Elisabeth zu Wied, más conocida por su seudónimo de Carmen Sylva, fue una princesa alemana que, a través de la coronación de su esposo Carol I, se convirtió en la primera reina de Rumania en 1881.

Sin embargo, la nueva dinastía tuvo un comienzo problemático. Su gobierno fue cuestionado en repetidas ocasiones y la reina y el rey se enfrentaron a una serie de sequías y disturbios sociales. Fue durante esta época cuando Sylva publicó *Pelesch-Märchen* (Cuentos de hadas de Peleş, 1882), una colección de 12 cuentos de hadas, en gran parte de su propia invención.

En estos cuentos, Sylva se presenta como una "reina poeta" mater-

nal que, al hacerse amiga del río rumano Peleş y escribir sus historias, es capaz de recopilar una colección de cuentos de hadas tomados directamente de la desembocadura del paisaje rumano. Los cuentos funcionan como una guía de las características más destacadas del paisaje de la región de Peleş.

Cada historia explica cómo un determinado punto de referencia, por ejemplo, una montaña local o un valle, obtuvo su nombre. Los cuentos también subvierten los estereotipos de género empleados por los hermanos Grimm: en lugar de niñas mansas y bien educadas, las protagonistas de Sylva son a menudo reinas o campesinas trabajadoras y valientes.

A través de estos cuentos, la reina señaló a sus lectores que tenía una relación especial con el paisaje rumano. Por lo tanto, pudo afirmarse como gobernante femenina y proporcionar una nueva colección de cuentos nacionales que eludieron convenientemente su origen extranjero.

LAURA GONZENBACH (1842-1878)

Se sabe muy poco sobre la vida y las circunstancias de Laura Gonzenbach. Según las pocas fuentes que existen, nació en una familia de comerciantes suizo-alemana en Messina, Sicilia. Tenía una alta educación y hablaba varios idiomas. Pasó gran parte de su juventud en la campiña rural de Sicilia, donde probablemente sus sirvientes le enseñaron el dialecto siciliano como uno de sus primeros idiomas.

Por ello, el destacado estudioso alemán de los cuentos de hadas Otto Hartwig se puso en contacto con ella y le pidió que recopilara y tradujera cuentos de hadas locales para publicarlos en una colección: *Sizilianische Märchen* (Cuentos de hadas sicilianos, 1870).

A primera vista, estos 92 cuentos parecen similares en tono y formato a los de los hermanos Grimm. Imitan un estilo oral y utilizan un vocabulario similar. Sin embargo, rápidamente se hace evidente que los protagonistas no solo son abrumadoramente femeninos, sino que también desafían las estructuras de poder patriarcales.

En *Zafarana*, por ejemplo, una heroína travestida da una impresión tan convincente de ser masculina que la princesa residente se enamora de ella.

Si se toma en cuenta que los informantes de Gonzenbach son abrumadoramente femeninos, estos cuentos se presentan como "grimmianos" en su estilo, lenguaje y estructura, mientras que, de hecho, socavan los modelos sociales exactos que promovieron los hermanos Grimm.

* La autora es profesora de alemán en la Universidad de Reading. Traducción de El Sol de México.

Regreso

A CLASES

Bachillerato & Universidad 2024



El Sol de México

ESTO



LA PRENSA

SUPLEMENTO ESPECIAL DE CIRCULACIÓN
GRATUITA PARA EL ÁREA METROPOLITANA

REGRESO A CLASES
Tenemos todo!

GRUPO PAPELERÍA GUTIÉRREZ
Tenemos todo!
Negocio • Escolar • Hogar

Aceptamos
Mi Beca para Empezar

Compra en grupo
aprovecha el mayoreo

Ahorro
garantizado

Variedad de marcas,
productos y precios

Compra en grupo
aprovecha el mayoreo

50 sucursales en el país

ORGANIZACIÓN
EDITORIAL
MEXICANA

Mario Vázquez Raña

Fundador

Paulette Ríos de Vázquez

Directora General y Directora Ejecutiva

Francisco Torres Vázquez

Gerente General y Director

Francisco José Torres Cano

Director General de Operación y Finanzas

Rafael Martínez Villanueva

Director General de Administración

Rafael Martínez Villanueva

Director General de Operación

Antonio Rodríguez Domínguez

Director General de Operación

Eduardo Sánchez Rodríguez

Director General de Operación

Victor M. Pimentel González

Director General de Recursos Humanos

El Sol de México

ESTO

COMUNICACIÓN Y ENTRETENIMIENTO

Servicio al Cliente y Atención

Servicio al Cliente y Atención

LA PRENSA

Roberto Velázquez

Director General y Director

SUPLEMENTOS ESPECIALES OEM

Revista Noticias México

Revista Noticias

José Martínez Ramírez

Director de Arte y Diseño

Irene Hernández

Directora

EQUIPO EDITORIAL

Monse Solís

Brenda Marquez Hoyos

Francisco Chapparro

Suplementos Especiales

Suplementos Especiales

El Sol de México y El Sol de México

Certificado de Reserva otorgado por el

Instituto Nacional del Derecho de Autor

04-2008-071518235000-101

Certificado de Libertad del Título 34159

Registro de Certificación de Libertad del

Contenido 11732 Dominio de publicación

Guillermo Prieto N° 7 Col. San Rafael,

México, D.F., Delegación Cuauhtémoc,

C.P. 06470. Ingreso: Talleres de la Cui

Periodística del Sol de México, S.A. de

C.V. Guillermo Prieto N° 7, Col. San Rafael,

México, D.F. C.P. 06470. Distribución

Expendios de la Unión de Expendidores

y Vendedores de los Periódicos de

México, A.C.

Teléfonos

Dirección 55-46-95-18

Redacción 51-40-10-00 ext. 1506

Corresponsal 51-40-10-00

Publicidad y Ventas

51-40-10-58

E-mail

Correo Electrónico

oem@oem.com.mx

Nota: Las tarifas IP al final de esta

información son de carácter informativo. Prohibida

la reproducción total o parcial de las

informaciones y material de esta

edición sin autorización previa de la

Dirección.

No se devuelven originales.

Un accesorio indispensable

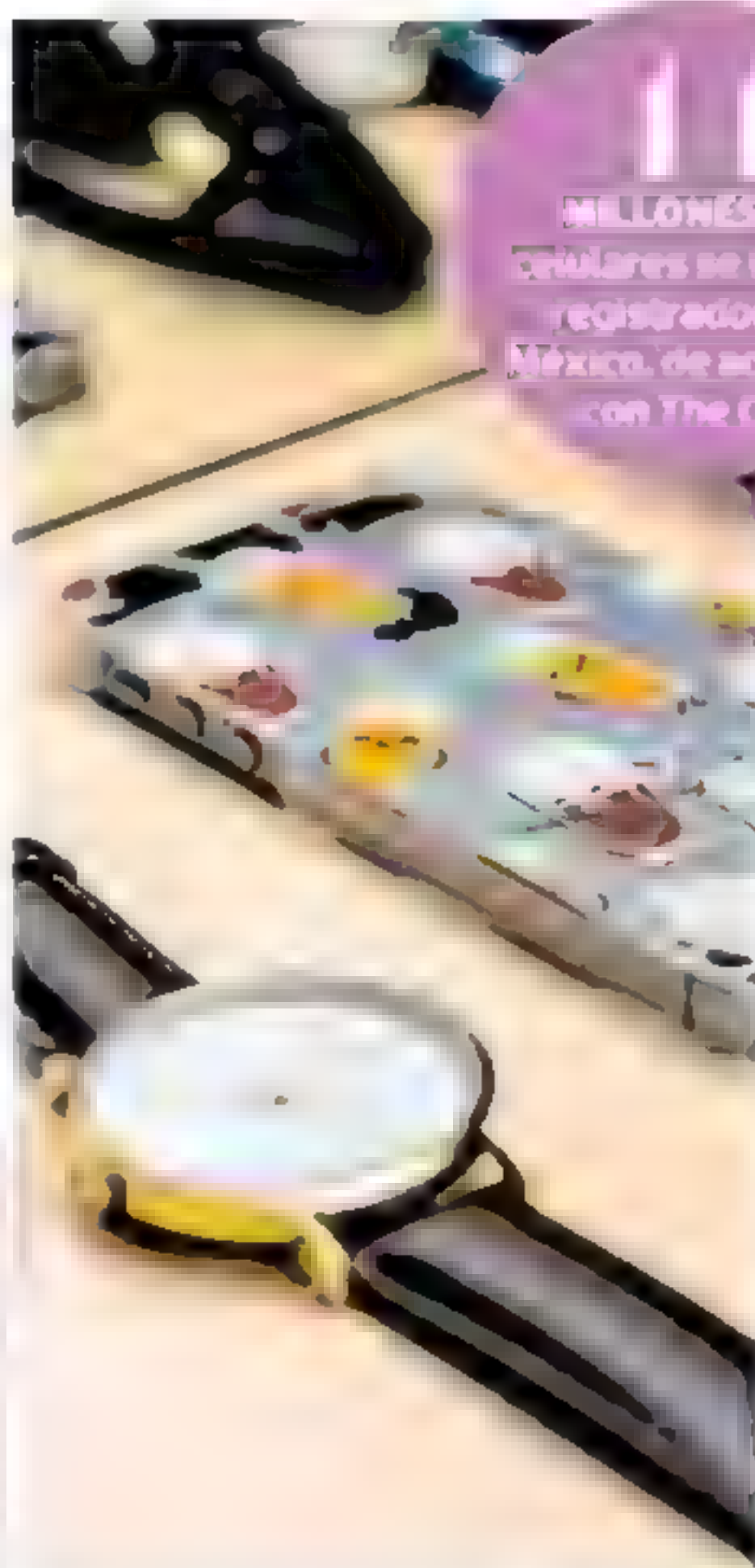
BRENDA MARQUEZHOYOS

EL CASE PHONE HA EVOLUCIONADO COMO UN COMPLEMENTO ESENCIAL QUE REFLEJA PARTE DE TU IDENTIDAD

El concepto de llevar una funda para celular ha trascendido su función básica de protección para convertirse en un accesorio de moda imprescindible. Es importante ver cómo luce tu teléfono y que refleje parte de tu personalidad, aunque cueste aceptarlo es una extensión de la identidad y estilo de vida.

Leslie Carter-Morley, especialista de moda, señala que los celulares han pasado a ser objetos inseparables en la vida diaria, al generar incluso momentos de pánico cuando desaparecen de nuestra vista. Este fenómeno se refleja en la moda, donde ahora las fundas de teléfono están emergiendo como el accesorio del momento, comparando con las bolsas de marcas de prestigio.

Por ejemplo, la funda d'phone Lye Trunk de Louis Vuitton. La presentaron durante el desfile primavera-verano 2017. Esta pieza no solo ofrecía protección para el dispositivo, sino que también exhibía los lujosos acabados y detalles que caracterizan a la marca. Buenos los plomeros.



Opta por materiales resistentes a las caídas

La influencia de las fundas para teléfonos en la cultura contemporánea es innegable. Desde las selfies en el espejo hasta las publicaciones en redes sociales donde se convierten en protagonistas, las cubiertas se han convertido en un elemento omnipresente que refleja el estilo y la personalidad de su portador.

Según Charlotte Stockdale, cofundadora de la marca Chos las cosas se han convertido en el nuevo "material de escritorio" ya que el teléfono es ahora una herramienta multifuncional que nos acompaña todo el día. Esta perspectiva es respaldada por Eleanor Robinson, directora de accesorios de Selfridges, quien señala que el teléfono ya no es solo un símbolo de estatus, sino una herramienta que nos conecta con el mundo y refleja la vida cotidiana ocupada y activa.



ATENCIÓN
EL MÓVIL puede albergar hasta 25 mil bacterias por centímetro cuadrado, según un estudio de la Universidad de Arizona, EU.

Pila al 100

BRENDA MARQUEZHOYOS

Considera a los cargadores en tu kit de emergencias personal y a la mano

Ahora que algunos teléfonos no vienen con cargador incluido, la tarea de encontrar uno puede parecer abrumadora. Con un montón de especificaciones técnicas y una multitud de opciones en el mercado, ¿cómo sabes cuál es el adecuado para ti? No te preocupes, estamos aquí para desentrañar el misterio y guiarte hacia la elección perfecta.

Conoce tu equipo. Toma en cuenta qué necesita tu teléfono. Consulta el manual o las especificaciones en línea para conocer la potencia nominal de tu dispositivo. Esto te ayudará a seleccionar un cargador que coincida con sus requisitos.

Investiga los protocolos de carga. Cada smartphone tiene sus propias recomendaciones e instrucciones de carga, desde estándares universales como USB PD hasta cargadores propietarios de marcas específicas.

Verifica los puertos. ¿Planeas cargar varios dispositivos a la vez? Asegurate de que los puertos sean compatibles con tus equipos, que puedan proporcionar suficiente energía a todos y que en su uso no se sobrecaliente.

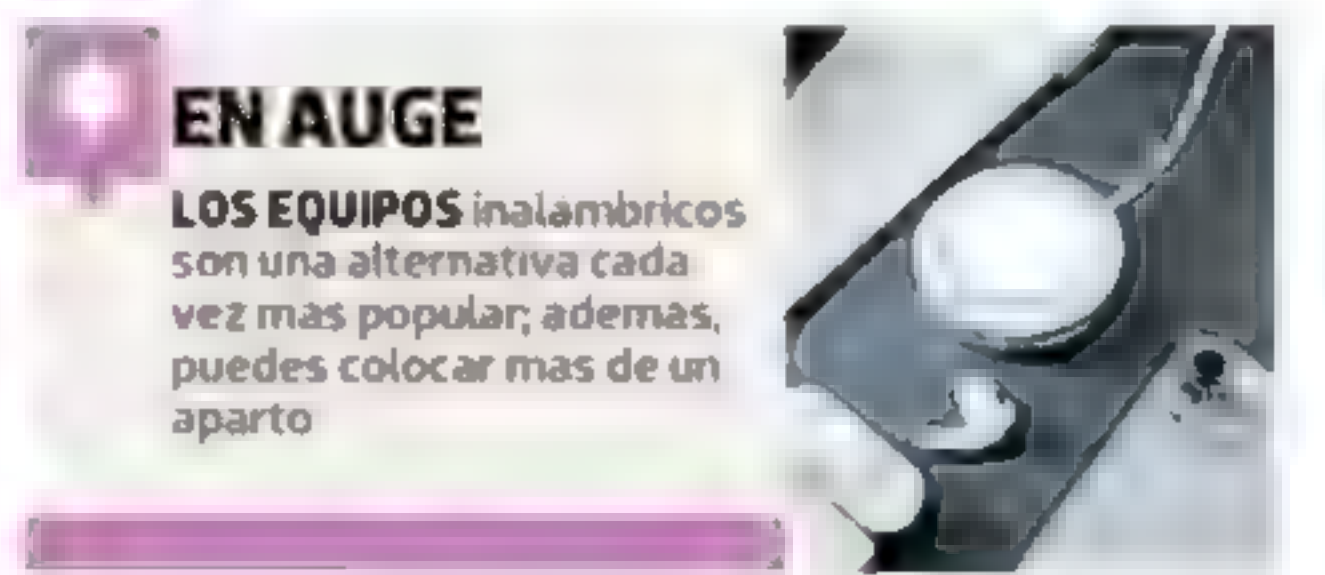
No te dejes engañar por el precio. Busca un equilibrio entre calidad y costo, y no descartes opciones más asequibles que puedan ofrecer un rendimiento excelente a largo plazo.

Lee reseñas y busca la calidad. Antes de realizar tu compra, investiga y lee las reseñas de otros usuarios, que hayan demostrado funcionar bien con dispositivos similares al tuyo. Son infalibles.

Prueba la potencia de pila. Asegurate de que este funcionando correctamente y proporcionando la capacidad adecuada para tu dispositivo. Puedes utilizar aplicaciones como Ampere o Accubattery para medir la corriente y el voltaje de carga.



Prefiere los modelos portátiles con dos o tres entradas



EN AUQUE
LOS EQUIPOS inalámbricos son una alternativa cada vez más popular; además, puedes colocar más de un aparato.

Estudia tu **prepa** en aulas equipadas con **tecnología**

Termina en tan solo **2 años** y cursa asignaturas que te **preparan para la universidad.**

Paga solo **\$1000** en tu primera parcialidad + **20% de beca** a partir de tu segundo pago.



Para más información
escanea el
código QR.

UNIVERSIDAD
ICEL



LiveDigitalEducation

**¡Inscríbete
ahora!**

Vigencia del 1 al 31 de agosto de 2024.
Aplica para alumnos de nuevo ingreso.
Aplican restricciones.



UNIVERSIDAD ICEL

LiveDigitalEducation

Hay tiempo para todo

MONSE SOLÍS

TE CONTAMOS PORQUE NO ES BUENA IDEA COMER MIENTRAS ESTUDIAS, YA SEA EN EL SALÓN DE CLASES O EN TU CASA AL HACER LA TAREA

Si estás acostumbrado a comer en tu escritorio mientras haces la tarea haces tus trabajos escolares o tomas clases virtuales, esta información es para ti aunque no lo creas, podrías estar bloqueando tus procesos creativos, digestión e incluso salud mental.

Si eres de los que anda con el plato encima de tu área de trabajo come cualquier cosa para atender pendientes y no se da un respiro, ¡aguas! Te damos razones para no alimentarte frente al escritorio.

EL CEREBRO NO PROCESA TODO

Es posible que se pierda la noción de la comida que se está ingiriendo ya que no se puede tomar conciencia de los alimentos al momento, no se logra quedar satisfecho o provoca tener hambre al poco tiempo.

PROBLEMAS DE DIGESTIÓN

Además de mantener una postura con poco movimiento durante gran parte del día, es probable que la forma de masticar e ingerir no sea la más acertada, sumando la tensión del trabajo.

REDUCE LA PRODUCCIÓN

Si decides establecer tu hora de comida descanso en el mismo espacio donde trabajas, es probable que la cabeza y el resto del cuerpo no rindan de la mejor manera. Es necesario darte una pausa o tomar aire fresco para despejar la mente y recargar energía.

ES POCO HIGIÉNICO

La comida que ingresa al organismo tendrá bacterias del escritorio así como del teclado y la oficina. Probablemente se pueda desatar alguna enfermedad.

NO SE DISFRUTA IGUAL

El área de trabajo limita poder concentrarse en los sabores, texturas y más, haciendo a un lado la plena conciencia en los platillos que se consumen.

Según el Observatorio del Instituto para el Futuro de la Educación, existen culturas donde la hora de la comida es intocable, es un momento para desconectar del trabajo y conectar contigo.

PRESIÓN INTELLECTUAL

Algunos alimentos "con un efecto positivo en la actividad intelectual y la concentración" que deberían estar presentes en la dieta de los más jóvenes de la casa son: un huevo, betabel, alubias, plátanos, avena integral, pistachos, brócoli, semillas de chia y aguacate, según los expertos de Nutrienda.com.

EN LOS EXÁMENES

De acuerdo con la nutricionista Sonia Ruz Pérez, el mayor esfuerzo intelectual lo ejercen varias veces en el ciclo escolar, en específico, durante los exámenes. Aconseja evitar el consumo excesivo de esto:

Dulces

Pastelería industrial

Comidas

Snacks

Productos con azúcares refinados

Comidas hipercalóricas

INCLUYE

VERDURAS de color verde oscuro, chocolate con 70% de cacao, plátanos, arándanos, nueces, zanahorias, pescado azul, aguacates y cereales integrales.

BUEN HUMOR

UNA ALIMENTACIÓN balanceada ayuda a regular los niveles de energía y mejorar el estado de ánimo.



Fácil y saludable

ADEREZO

Que no se te acaben las ideas de snacks para la escuela; checa estas recetas prácticas

ENSALADA DE NARANJA Y JICAMA

INGREDIENTES

- 2 cdas de vinagre de manzana
- 2 cdas de aceite de oliva
- 2 piezas de jicama
- 1/2 pieza de jicama picada
- 4 cdas de aceite de oliva
- 4 cdas de agua
- 2 cdas de azúcar
- 1/2 taza de jugo de naranja
- Sal y pimienta al gusto
- 10 hojas de lechugas mixtas
- 1/2 taza de cacahuete tostado

PREPARACIÓN

- Pela las naranjas y las jicamas, corta al en rebanadas de medias y mezcla.
- Licua aceite de oliva, chipotles en adobo, vinagre de manzana, agua y azúcar.
- Reserva.
- Coloca sobre un plato extendido una cama de hojas de lechuga, echa la ensalada con la aderezo, adorna con la vinagreta. Adorna con cacahuete tostado.

TOAST DE AGUACATE CON QUESO COTTAGE

INGREDIENTES

- 4 rebanadas de pan de qú
- 2 tazas de queso cottage
- 1 pieza de aguacate
- 1 jitomate entero
- Sal y pimienta al gusto

MODO DE PREPARACIÓN

- En un plato coloca el pan y untalo con mantequilla.
- Corta en rebanadas el aguacate y el jitomate, coloca el pan y el queso. Agrega sal y pimienta al gusto.
- Parte el pan con todos los ingredientes en triángulos y servir.

Estudia tu Licenciatura UNIMEX en 3 años 4 meses

BECA 60%

HASTA DEL

- Administración
- Administración de Empresas Turísticas
- Comercio Internacional y Aduanas
- Comunicación
- Contaduría Pública
- Criminología **¡NUEVA!**
- Derecho
- Diseño Gráfico
- Idiomas
- Mercadotecnia y Publicidad
- Pedagogía
- Psicología Social
- Relaciones Internacionales y Comercio Exterior
- Sistemas Computacionales
- Turismo

unimex.edu.mx

Agenda tu cita: 55 11 02 02 90

Síguenos en nuestras redes sociales:

- [Universidad Mexicana](https://www.facebook.com/UniversidadMexicana)
- [universidadmexicana](https://www.instagram.com/universidadmexicana)
- [universidadmexicana](https://twitter.com/universidadmexicana)
- [@SoyUnimex](https://www.youtube.com/c/SoyUnimex)
- [Universidad Mexicana](https://www.linkedin.com/company/universidadmexicana)



CALCULA TU
BECA AQUÍ:



Tiempo de reparar®

PLASTILOKA y tu imaginación
te dan siempre la solución...®



PLASTILOKA®
¡Es una locura!®

EL TIEMPO EXACTO PARA APLICAR®

PLASTILOKA SÚPER RÁPIDA y tu
imaginación te dan siempre la solución.

Un concepto **SUPERIOR**
en Reparación®

PLASTILOKA®
SÚPER RÁPIDA

No lo tires... repáralo®

Indispensable en la oficina,
en el taller, la industria
y en cualquier lugar
donde tenga algo que reparar®



¡Endurece aún
bajo el agua!®



**ÚNICO CON GARANTÍA
DE REEMPLAZO®**



¡Cómpralos **HOY** mismo!® www.kolaloka.com

*Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración GMZ, S.A. de C.V. es propietaria y por lo tanto titular de las siguientes marcas y avisos comerciales, cuyos diseños se reproducen, marcados con el símbolo (R)®

**Krazy® PEGAMENTO
INSTANTANEO**
**KOLA
LOKA®**
INDUSTRIAL



¡pega de **LOCURA!**®

ADHESIVOS, ACELERADORES, PRIMER Y PLASTILINAS EPÓXICAS.

**DIFERENTES TIPOS DE ADHESIVOS
PARA CADA MATERIAL
Y APLICACIÓN.**



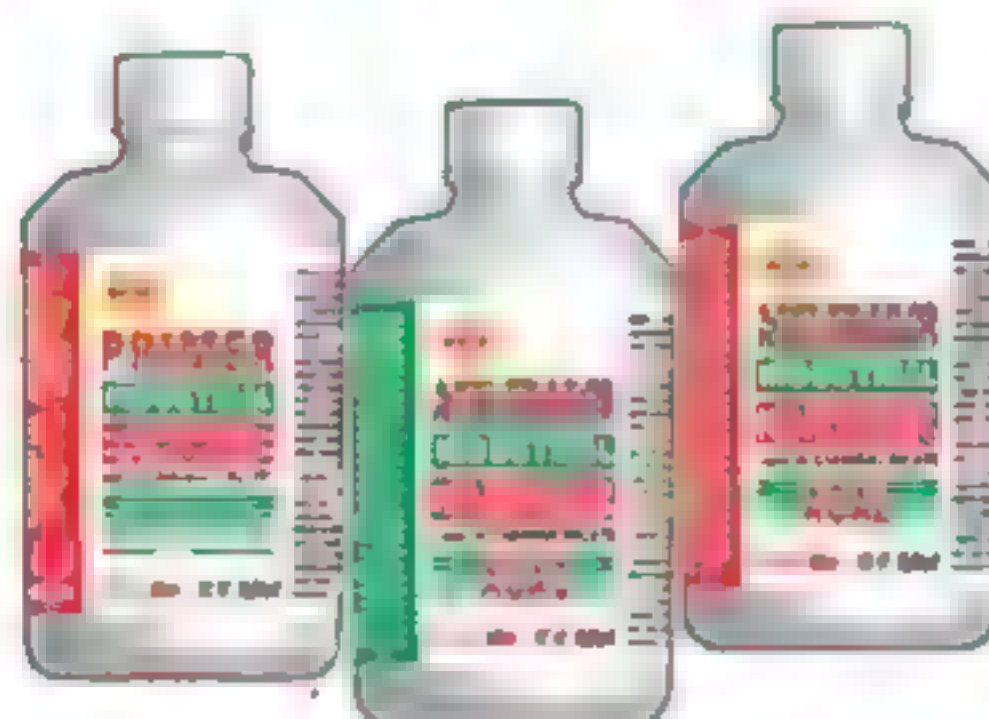
Una sola
gota repara
al instante®

**PEGA EN
MINUTOS®**

Pega máximo en
7 segundos®

Endurece máximo en
30 segundos®

**FUERTE Y
PODEROSO®**



**Krazy® PEGAMENTO
INSTANTANEO**
**KOLA
LOKA®**
INDUSTRIAL
PEGA ZAPATOS

KOLALOKA
PEGA ZAPATO®



La fuerza del pegado®

Uniendo más y mejor
KOLALOKA
Pega de Locura®



Indispensable en todo tipo de industria

• CALZADO • AUTOMOTRIZ • CÓMPUTO • ELECTRODOMÉSTICOS
• ELECTRÓNICA • ACRÍLICO • HULE Y MUCHAS MÁS.

¡Cómpralos **HOY** mismo!® www.kolaloka.com

*Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración GMZ, S.A. de C.V. es propietaria y por lo tanto titular de las siguientes marcas y avisos comerciales, cuyos diseños se reproducen, marcados con el símbolo (R)®



Una rutina de limpieza antes de dormir es importante para la apariencia de tu rostro

Cuadro de honor

BRENDA MARQUEZHOYOS

MÁS QUE VANIDAD, CUIDA TU ROSTRO DEL ACNÉ Y QUE NADA TE PROVOQUE INSEGURIDADES

El acné, esa molesta condición cutánea que puede afectar la confianza y calidad de vida, ha sido el objeto de numerosos estudios desde la edad y el género hasta la dieta y el entorno, demostrando diversos factores pueden desencadenar su aparición. Un estudio de la *National Library of Medicine* ha encontrado que las dietas altas en azúcares y grasas saturadas pueden contribuir a este padecimiento. Aunque no debes olvidar consultar a tu médico antes de adoptar cualquier rutina o producto dermatológico, cuidar estos aspectos y que tu cuerpo esté saludable es el primer paso.

Factores socioeconómicos y biológicos. El primer conjunto de razones son género, edad, nivel socioeconómico y hasta el ciclo menstrual en las mujeres. La herencia genética desempeña un factor relevante. Además, el uso de maquillaje, la dieta, el tabaquismo y el estrés pueden contribuir al desarrollo de brotes.

Impacto del entorno. Por otro lado, tiene que ver con el cambio climático, como la contaminación del aire, además de la exposición al sol y la humedad. Aunque el uso de productos cosméticos inadecuados y la exposición prolongada a dispositivos electrónicos también desencadenan brotes.

Relación con la comida. Estudios han demostrado que una dieta alta en azúcares y grasas incrementa la probabilidad de desarrollar acné. El consumo excesivo de alimentos con alto índice glucémico eleva la insulina y andrógenos, lo que contribuye casi a la producción excesiva de sebo.

Observación profunda y tratamiento. Para combatir el acné, se debe mantener una rutina de cuidado de la piel consistente, adecuada y controlada. Esto incluye limpiar suavemente y detoxificar con productos no agresivos, evitar el uso de cosméticos comedogénicos y proteger la piel del sol. Además, seguir una dieta equilibrada.



REMEDIO

PRUEBA los parches con hidrocoloides, absorben la humedad de la piel y reducen el enrojecimiento e hinchazón



UNIVERSIDAD DE AMÉRICA DEL NORTE



BACHILLERATO

2 Años Plan Cuatrimestral

Con capacitación en Administración (RVOE 13-979)

DOCTORADOS

Educación (RVOE 20194151)
Alta Dirección (RVOE 20231237)
Juicio Oral Penal (RVOE 20231236)

LICENCIATURAS

3 Años Plan Cuatrimestral

- Administración de Empresas (RVOE 20194147)
- Contaduría Pública (RVOE 20194148)
- Derecho (RVOE 20194152)
- Ing. Sistemas Computacionales (RVOE 20200003)
- Mercadotecnia (RVOE 20194146)
- Pedagogía (RVOE 20200002)
- Criminalística y Criminología (RVOE 20230887)
- Psicología (4 años Plan Semestral) (RVOE 20192721)

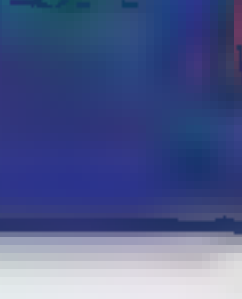
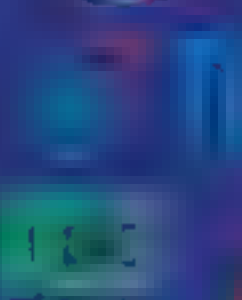
- Ciencias Penales (RVOE 20200001)
- Derecho Procesal Acusatorio (RVOE 20194150)
- Educación (RVOE 20194149)
- Administración de Negocios (RVOE 20230888)
- Coaching y Programación Neurolingüística Profesional (Entrenamiento Personal y Profesional) (RVOE 20231238)

- Competencias Conoce
- EC0616 Estándar en Aux. en Enfermería
- EC0684 Estándar en Apoyo Odontológico
- EC0116.2 Estándar en comercialización de bienes inmuebles
- EC0248 Estándar en Servicio de Limpieza y Desinfección
- EC0960 Estándar en Servicio de Limpieza
- EC0059 Estándar en maquillaje Profesional
- EC0046 Estándar en Servicio Cosmético

Curso de examen de

Curso #Cie

Curso de Inglés



Guadalajara #9, Col. Roma, C.P. 06700, Alcaldía Cuauhtémoc, CDMX

55 7258 5961 / 55 7258 5988
55 9154 8722 / 55 6811 0785



uanmexico.edu



universidaddeamericadelnorte



uanmexico.edu.mx



UniversidaddeA2



Cafeterías para hacer la tarea en CdMx

ADEREZO

IDEALES PARA TRABAJAR, SALIR DE LO COTIDIANO Y DISFRUTAR DEL DÍA; VARIAS TIENEN TERRAZA

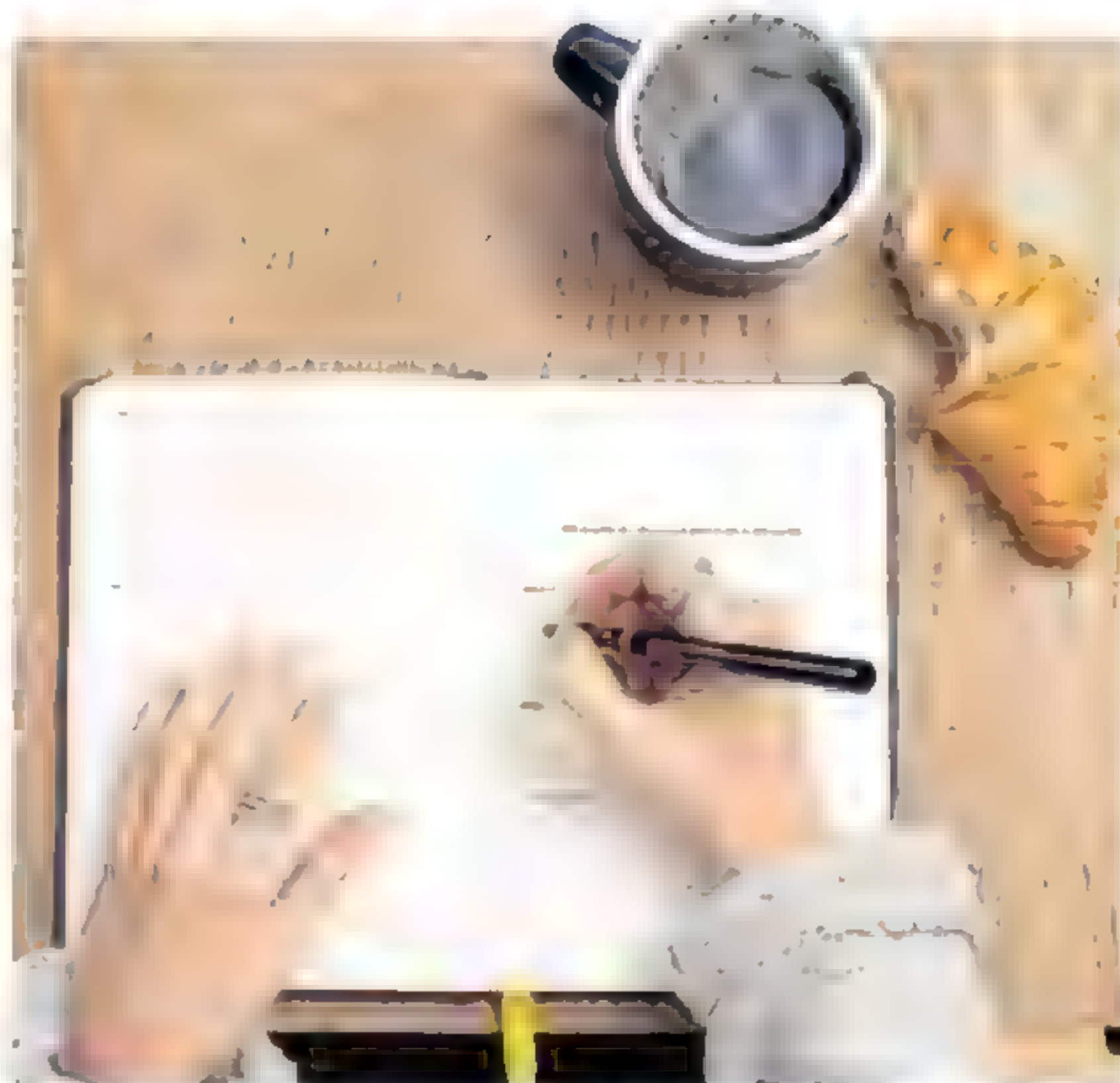
Sabemos que el café y el desayuno es un imperdible en la mañana, sobre todo cuando la tarea es bastante y quieres mantenerte concentrado.

Si te toca regresar a la rutina escolar o quieres darte un respiro y priorizar tus pendientes en otro lado que no sea tu casa, siempre existe la opción de salir y distraerte en una cafetería.

Estas opciones nos gustan porque además de ofrecer un momento agradable, son perfectas para trabajar tranquilamente.

AMBIENTE

UN ESPACIO de estudio optimizado mejora la concentración y puede influir en la actitud del estudiante hacia el aprendizaje



El café, gracias a la cafeína, estimula el cerebro

CONSIDERA

Lleva lo necesario. Es decir, computadora, cargador, plumas o libretas por si necesitas apuntar algo

Establece horarios. Tal vez no es necesario que pases todo el día ahí. Eso sí, intenta no trasladarte en hora pico, evita tumultos

Si vas mascota. Pregunta si es petfriendly, así no se extrañarán mutuamente

Permanencia. Verifica que el establecimiento no tiene problema con que estés ahí por varias horas

Reunión en línea. Opta por espacios que además de café cuenten con salas o sitios donde la conexión y audio sean adecuados

CARDINAL

La Casa de Café, así se hacen llamar también. Aquí encontrarás café de especialidad elaborado en distintos métodos pero además emparedados con pan delicioso y con nombres que aluden a los puntos cardinales. Si no quieres desayunar ahí, también hay janes y panques.

En su carta hallarás cocteles con café como el *Coffee spritz* y otras bebidas que merecen toda tu atención por ejemplo, el *matcha ceremonial*. Tienen dos sucursales, cada una con su encanto y decoración que merece ser el fondo pantalla de alguna junta. Es *petfriendly*.

→ **Donde:** Córdoba 13, Roma y Capatzen, en Hipódromo Condesa

→ **Instagram:** @casacardina

SONÁMBULO CAFÉ

Como alude su nombre, es ideal para esos días en los que tal vez no estás completamente despierto y además tienes mucha tarea.

Aquí encontrarás café de especialidad frío o caliente y algunas recetas necesarias como el *cold brew* con leche, los cafés preparados con método el *matcha*, además la mejor compañía: el pan dulce de cada día.

El espacio no es tan amplio pero te permiten permanecer ahí para hacer *coffee office* como ellos lo denominan.

No hay muchas opciones de desayuno, pero podrías parar en algunos de los establecimientos cercanos. También es *petfriendly*.

→ **Donde:** Chilpancingo 35, en Hipódromo Condesa

→ **Instagram:** @sonambulocafe

BLEND STATION

Su primera sucursal abrió en la Condesa y conforme crecieron adaptaron otras tiendas en diferentes puntos como Polanco y Roma.

Uno de los más pedidos es el sandwich *The Sonno* solo imagina esto: pan rustico preparado con masa madre, *pork belly* y *pulled pork* 170gr ahumados de manera tradicional, bañados con salsa *BBQ* casera, queso oaxaca orgánico col morada y zanahoria encurtidos pepinillos, además, su barra de café es gloriosa. Todo está acondicionado para que puedas trabajar en completa libertad con mesas, lámparas y enchufes para tus dispositivos.

→ **Donde:** Condesa, Polanco y Roma

→ **Instagram:** @blendstation

CHEZ VOUS TIME CAFÉ

Este lugar es perfecto si quieres desparar tu mente durante un rato. Es un *café coworking* en CDMX que cuenta con todas las amenidades para que puedas terminar tus tareas sin problema.

Cuentan con dos alternativas de planes en donde incluyen diferentes opciones que van desde bebidas humitadas, uso de impresoras, mesas compartidas entre otras cosas.

Tienen una barra de especialidad que ofrece espressos, cappuccinos, lattes, mochas y hasta tisanas, además de snacks dulces y salados.

→ **Donde:** Con sucursales en Anacaná, Del Valle

→ **Instagram:** @chezvouscoffee

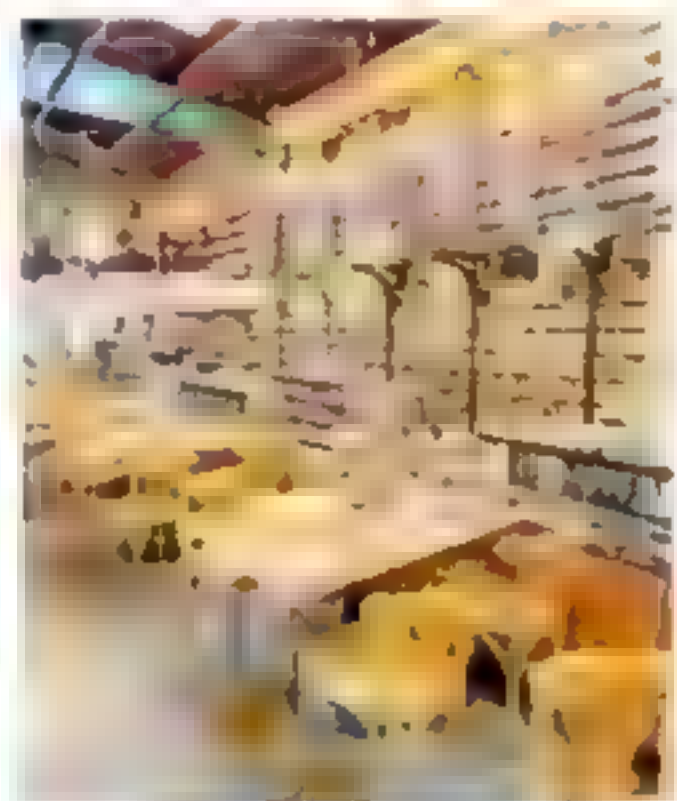
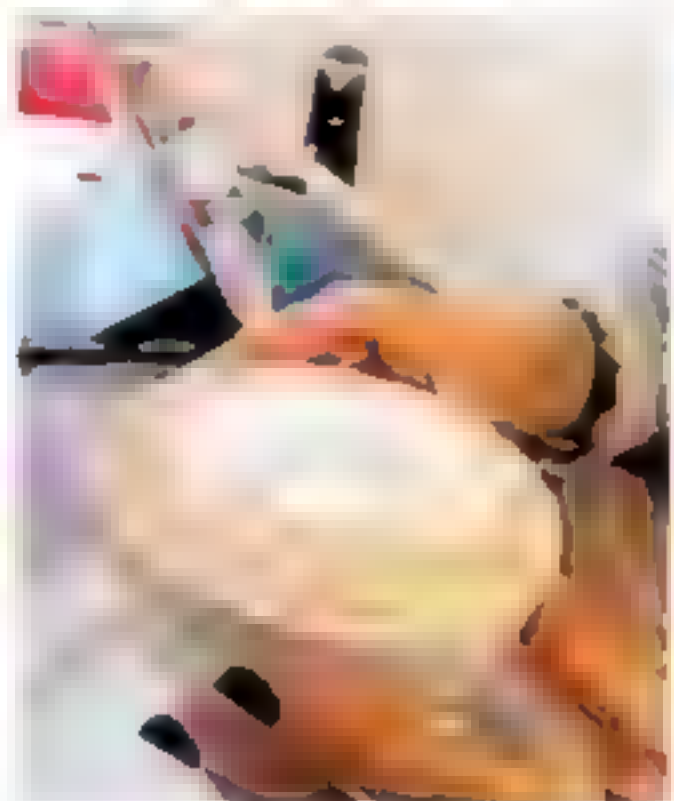
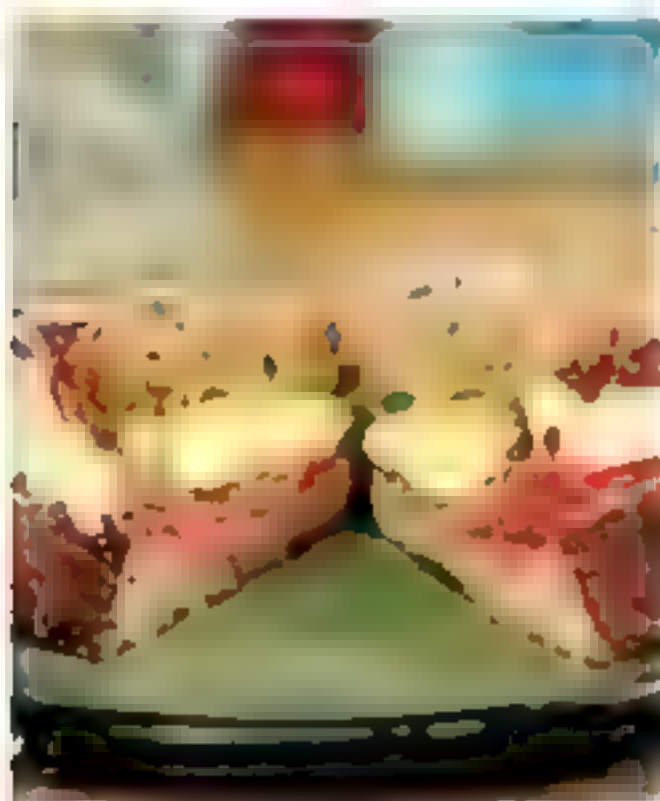
CAFEBRERÍA EL PÉNDULO

Además de disfrutar de la gran oferta de libros que venden, aquí encontrarás buenos desayunos y café. El menú que ofrecen está bastante completo: hay jugos, paquetes que incluyen todo, enchiladas y chilaquiles entre otras cosas.

Hay muchas sucursales, sin embargo, las de Polanco y Condesa se han convertido en las favoritas de muchas personas. Los lugares son tan bonitos que hasta se antoja subir fotos *Instagrameables*, mochas y hasta tisanas, además de una carta con snacks dulces y salados.

→ **Donde:** Hay diferentes sucursales, esige la que más te acomode

→ **Instagram:** @cafebreriaelpendulo



Consumir azúcar en exceso

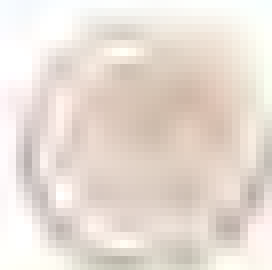
Puede causar **enfermedades graves y mortales**

Diabetes y daño renal :(

Elige
**alimentos
saludables**

#YoElijoSinSellos

¡YA PREVISSSTE!
¡Ya la hiciste!



GOBIERNO DE
MÉXICO



ISSSTE

UNAM | Irada a la Ciencia

Si me estreso o me deprimó **¡NO PUEDO APRENDER!**

¿Por qué es tan importante la salud mental para el rendimiento escolar?

Por: Luisa Santillán

Los problemas en el hogar, la ansiedad por presentar un examen, la incertidumbre ante el futuro y la depresión afectan el desempeño escolar de los estudiantes. Investigaciones recientes destacan la relación entre la buena salud mental y los resultados en el salón de clases.

"Sin salud mental es difícil que un estudiante almacene información, aprenda y obtenga habilidades porque su mente igual que todo el sistema emocional, están enfocados en resolver una situación conflictiva en lugar de asimilar conocimientos", explica la doctora Guadalupe Elizabeth Morales Martínez, del Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación de la UNAM.

Ser sano mentalmente no significa estar libre de trastornos emocionales, sino de contar con herramientas propias que permitan desarrollar la capacidad de crear condiciones favorables en medio de la adversidad.

Por ejemplo, los buenos hábitos de sueño y conformar momentos de armonía por medio de técnicas, como la meditación, ayudan a que el cerebro de los estudiantes sea más receptivo al aprendizaje.

Situaciones que afectan

Contar con una buena salud mental también depende de tener momentos de ocio y relajación, pues es necesario que el cerebro procese la información que le damos, lo cual le cuesta más trabajo si se tienen problemas para dormir, ansiedad o estrés.

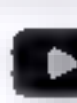
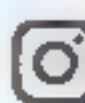
La académica recomienda no emplear estrategias que solo faciliten acreditar una materia sin haber aprendido nada, con la única motivación de obtener una calificación aprobatoria. Este tipo de actos lleva a experimentar sensaciones de desánimo.

"Si sientes que no avanzas a nivel cognitivo en un campo de conocimiento te desanimas, y vienen cuestiones como la deserción, la falta de interés hacia una materia, o no encontrarle sentido a lo que estás haciendo. Parte de la salud mental es alcanzar un objetivo, un propósito que lo vaya guiando en tu carrera; eso te aporta resiliencia".

La mala organización del tiempo, así como el uso excesivo de las redes sociales igualmente afectan el desempeño de los estudiantes. El no terminar a tiempo una actividad les va a generar ansiedad, dificultad para concentrarse y por tanto, su aprendizaje será limitado.

La doctora en filosofía sugiere que desde las instituciones educativas se apliquen estrategias para crear conciencia entre la población estudiantil de lo importante que es conservar la salud mental, física y social.

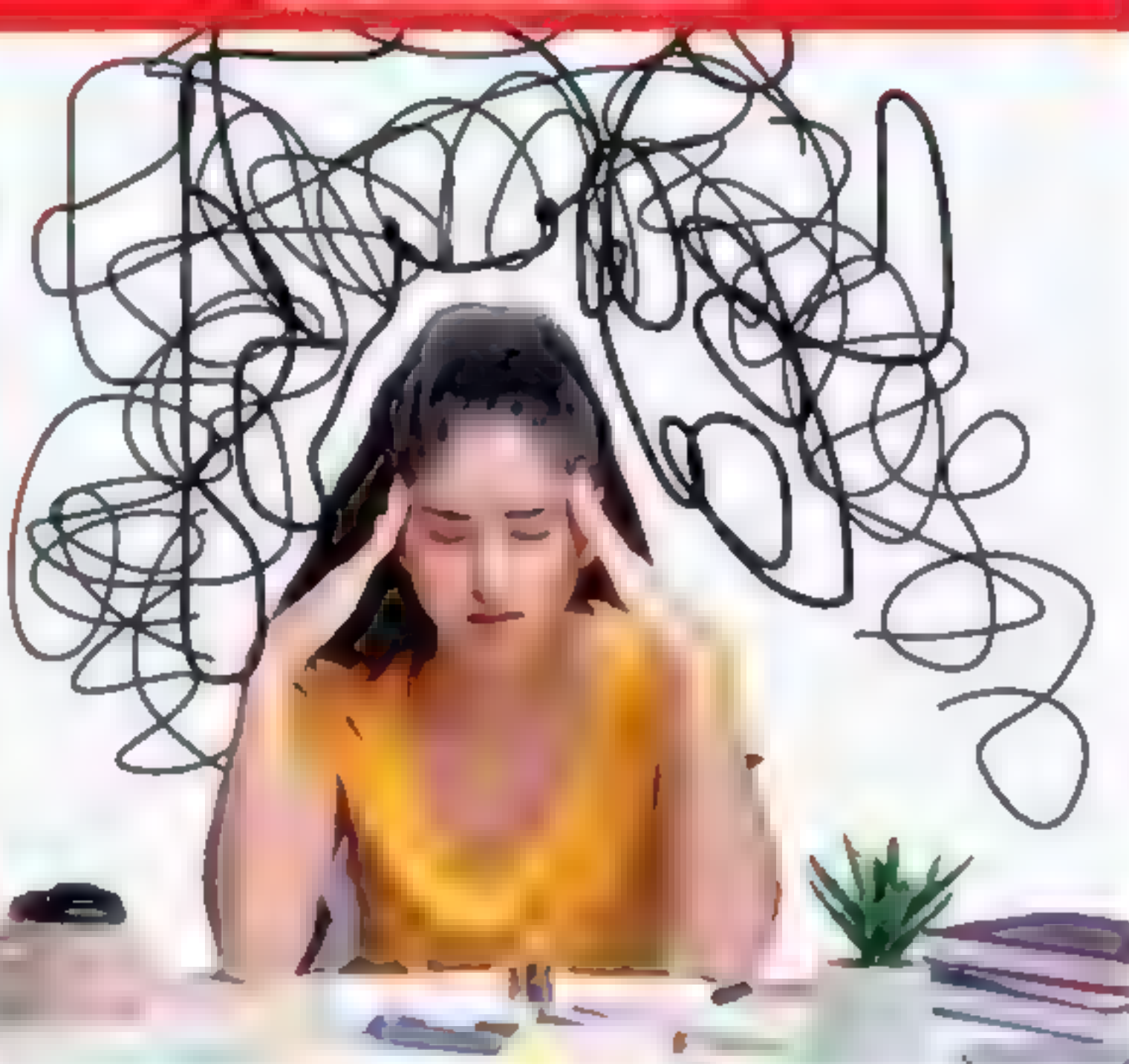
Escribenos a contactocienciaunam@dgdc.unam.mx



www.ciencia.unam.mx



CIENCIA UNAM



¿Cómo cuidar tu salud mental?

Nivel familiar:

sostener una adecuada comunicación con los integrantes



Nivel físico:

tener una alimentación adecuada, una buena calidad de sueño y realizar ejercicio



Nivel psicológico:

desarrollar estrategias socioafectivas positivas, contar con educación emocional, un plan de vida y una adecuada planeación del ocio

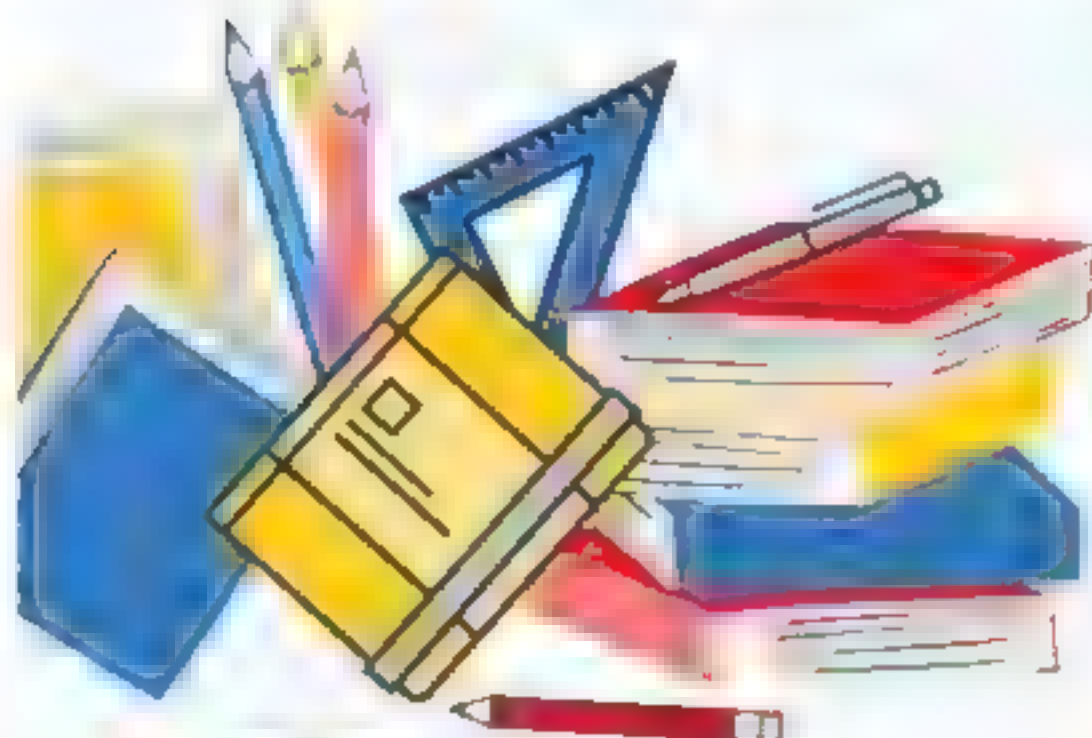


Nivel social:

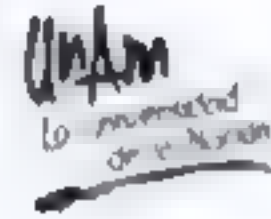
mantener relaciones equilibradas, estables y constructivas



La UNAM cuenta con el Programa de Atención Psicológica a Distancia. Comunícate al 55 5025-0855 en la zona si sufres algún periodo de depresión, estrés o ansiedad.



Diseño: Susana Tapia | Ilustraciones: Shutterstock.com





**Academia Internacional de
Formación en Ciencias Forenses, S.C.**

LIC. PSICOLOGIA CRIMINOLÓGICA



NUESTRO PRESTIGIO DURANTE 23 AÑOS ES IMPECABLE
LOS MÁS RECONOCIDOS - A NIVEL NACIONAL -

¡CONOCE NUESTRAS INSTALACIONES Y COMPÁRALAS!

**Dr. Liceaga 103, esq. Dr. Jiménez,
col. Doctores, del. Cuauhtémoc, cp 06720**

LOS UNICOS CON DOCENTES CERTIFICADOS ANUALMENTE Y EXPERTOS EN SUS MATERIAS

LIDERES EN CIENCIAS FORENSES LIDERES EN CIENCIAS FORENSES LIDERES EN CIENCIAS FORENSES LIDERES EN CIENCIAS FORENSES LIDERES EN CIENCIAS FORENSES

Atento a la escucha

BRENDA MARQUEZHOYOS

PARA EL CAMINO A LA ESCUELA, MIENTRAS ESPERAS LA CLASE O PARA ESCUCHAR LO QUE MÁS TE GUSTA, TE DECIMOS CÓMO ELEGIR AUDÍFONOS DE BUENA CALIDAD

Los audífonos se han convertido en compañeros inseparables en el trayecto a la escuela. Sin embargo, no todos son iguales y la elección de un par de buena calidad puede hacer una gran diferencia en tu experiencia auditiva y más importante aún, en tu salud.

El doctor Santiago Jesús Pérez Ruiz, del Centro de Ciencias Aplicadas y Desarrollo Tecnológico (CCADT) de la UNAM, advierte sobre los riesgos del uso prolongado de estos aparatos a volúmenes altos. "Puede llevar a la pérdida auditiva. Esta condición no solo afecta la capacidad de comunicarse, sino también otras funciones del oído, como la discriminación de sonidos", comenta el especialista.

Es importante no subir el volumen más allá del 60% y evitar usar auriculares en ambientes ruidosos como el metro. Además, tomar descansos frecuentes para evitar la fatiga auditiva.

AL COMPRAR

Checa estas recomendaciones antes de elegir

Calidad de sonido. Que ofrezcan una respuesta de frecuencia equilibrada y claridad en todas las gamas de sonido. Las marcas reconocidas suelen invertir en tecnología para asegurar una experiencia auditiva óptima.

Comodidad y diseño. Deben ser cómodos para uso prolongado. Los modelos con almohadillas de espuma viscoelástica se adaptan mejor a la forma de tus oídos y reducen la presión.

Cancelación activa de ruido. Es una característica clave que permite disfrutar de música o llamadas sin interferencias del entorno, ideal para usar en lugares ruidosos.

Durabilidad. Los materiales resistentes y un buen diseño estructural aseguran que tus audífonos aguanten el uso diario.



TRES CONSEJOS

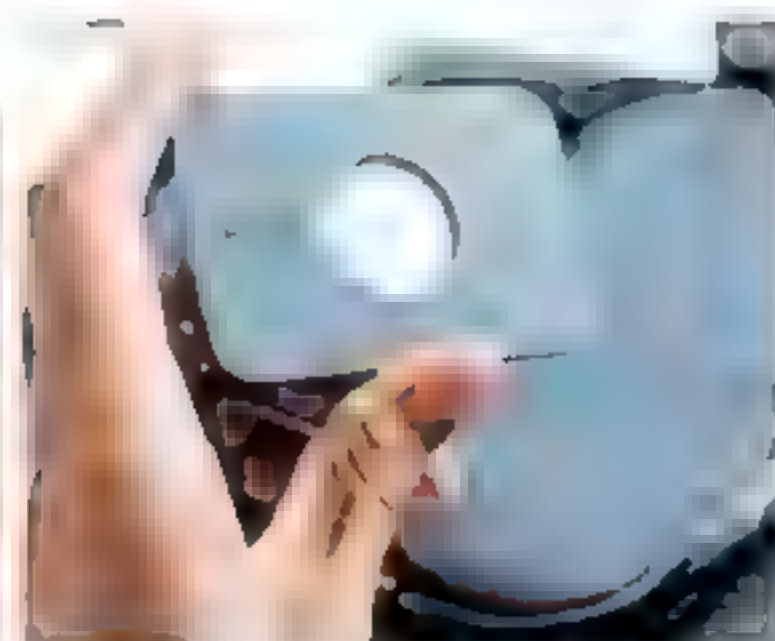
Investiga. Antes de adquirir tus audífonos, lee reseñas y compara diferentes modelos. Páginas como Wirecutter y CNET ofrecen análisis detallados de diversos modelos.

Prueba en tienda. Si es posible, úsalos en una sucursal física para asegurarte de que sean cómodos y suenen bien.

Espera las ofertas. Aprovecha las temporadas de descuentos, para adquirirlos a un mejor precio.

LO BARATO SALE CARO

Optar por audífonos económicos parece una buena idea al principio, pero a largo plazo podría resultar en una mala inversión. La baja calidad de sonido, la falta de comodidad y poca durabilidad son problemas comunes en los modelos más baratos. Además, incrementa el riesgo de daño auditivo debido a una mala cancelación de ruido y la necesidad de subir el volumen para compensar de alguna manera el ruido ambiental.



Un gadget que te ayudará a evitar descuidos

Solución para los despistados

SUPLEMENTOS

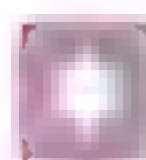
Los rastreadores o los localizadores, son pequeños dispositivos diseñados para ser compactos y versátiles. Ofrecen una solución eficiente para encontrar objetos perdidos, con una forma circular y un diámetro similar al de una moneda, son fáciles de transportar y se pueden acoplar a una variedad de elementos. ¿Ahora sí! Si el dueño te va a esconder tus cosas, te contamos cómo puedes usarlos ahora que regreses a la escuela.

Llaves y cartera. ¿Cuántas veces las has perdido? Con un rastreador digital acoplado a estos objetos, puedes usar la aplicación 'Buscar' para encontrar la ubicación exacta. Si las llaves caen entre los cojines del sofá o la cartera se esconde en el fondo de tu mochila, el dispositivo te ayudará.

En mochilas. Si vas a salir del salón y dejarás la mochila adentro, ve tranquilo, ya que puedes monitorear su ubicación en todo momento. Además, si olvidas tu backpack en el café, podrás hallarla fácilmente con tu smartphone.

Objetos de valor (incluye seres queridos). Los localizadores portátiles también son ideales para proteger objetos de valor, como cámaras, computadoras portátiles o instrumentos musicales costosos. Al adherirlos a estos artículos recibirás notificaciones si te alejas demasiado de ellos. Esta función de alerta temprana es especialmente útil en lugares públicos concurridos o cuando viajas en transporte público.

Coche. ¿Alguna vez has olvidado donde estacionaste tu auto? Con un rastreador en tu llavero o en el interior del vehículo, podrás encontrarlo fácilmente a través de la aplicación en tu celular. Esta función es particularmente eficaz cuando estás en un lugar desconocido.



PARA SABER

EL MÁS conocido hasta ahora es el Air Tag de Apple, pero existe controversia respecto a la privacidad.

PREPARATORIA LUCERNA

- Inglés por niveles.
- Sistemas de coaches.
- Certificaciones tecnológicas.



Presenta la plataforma



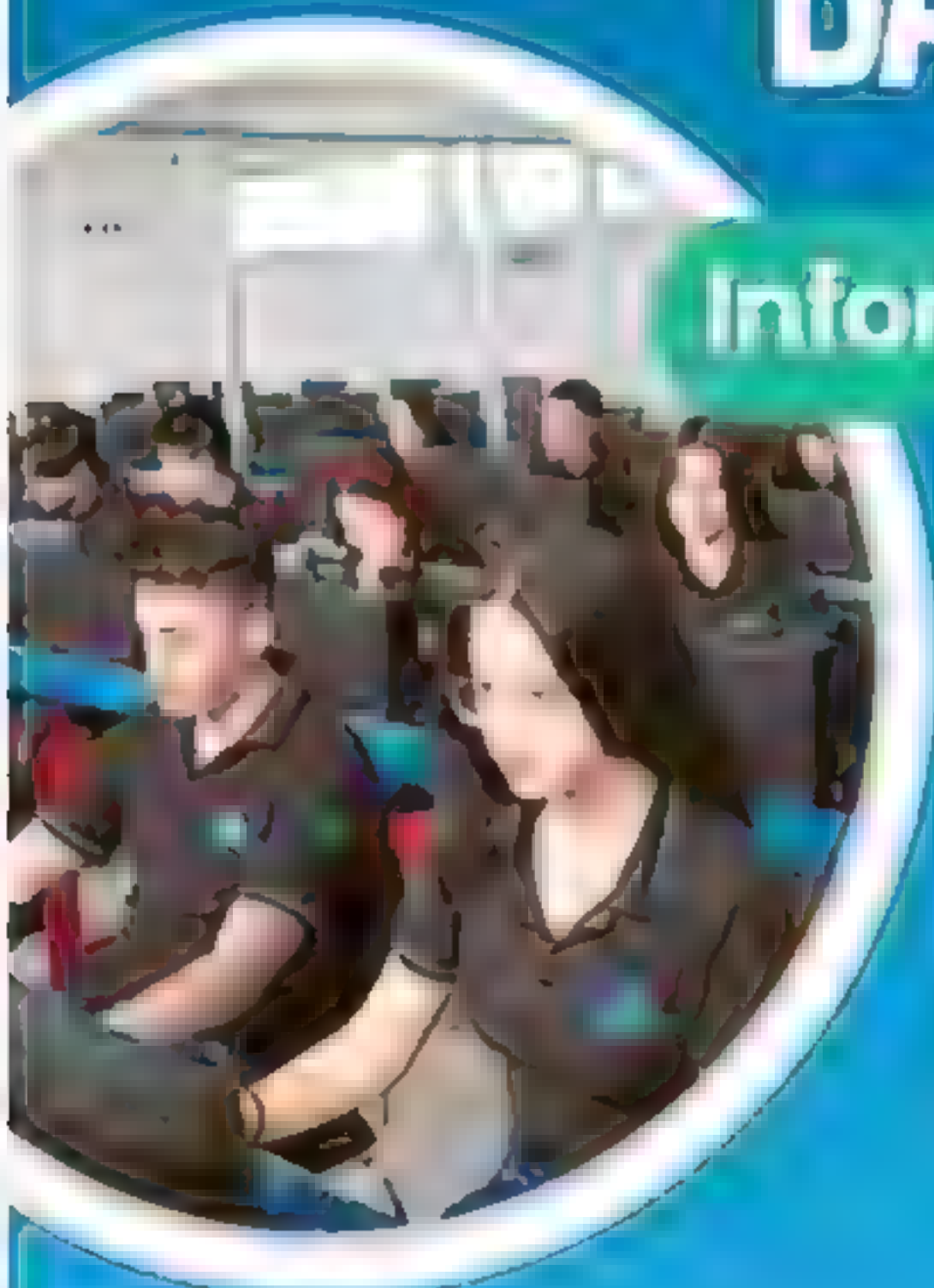
Y obtén beneficios especiales.



BACHILLERATO LUCERNA

Informática/Turismo

- Prácticas y viajes turísticos.
- Certificaciones en Informática.



Termina en **2 años**



COACALCO

LUCERNA.EDU.MX

55 5090 0300



El uniforme no oficial

BRENDA MARQUEZHOYOS

UNA PRENDA QUE TE ACOMPAÑARÁ DURANTE MUCHO TIEMPO Y QUE SE MANTIENE VIGENTE SIN IMPORTAR LAS TENDENCIAS

El denim, ese tejido resistente y versátil que define la moda casual, continúa reinando en los armarios mexicanos, y las razones que están detrás de su popularidad son más profundas de lo que podríamos imaginar. Basado en datos reveladores proporcionados por Cotton Works quienes se dedican a hacer análisis de tendencias en moda, aquí te presentamos por qué los jeans siguen siendo una elección preferida. Serán un infalible para tu etapa estudiantil donde ya no usas uniforme.

Esta prenda se adapta a todas las situaciones, desde la escuela al tiempo de ocio y hasta el trabajo; su versatilidad hace que sean una opción práctica para personas de todas las edades.

Los jeans son un símbolo cultural arraigado en la sociedad mexicana. Desde hacer mandados hasta salir a cenar, el 48% y el 38% respectivamente eligen pantalones como su opción de vestimenta según los datos del análisis de la marca. Esta conexión emocional con el denim lo mantiene relevante en la escena de la moda nacional.

Además, su resistencia y adaptabilidad a las tendencias actuales los convierten en un básico imprescindible en cualquier guardarropa. Aquí te presentamos una guía para elegir unos de buena calidad.

Entre más gruesa sea la tela, mejor. Generalmente está compuesto por una mezcla de algodón y elastano. Esta combinación proporciona resistencia, comodidad y un ajuste que se adapta al cuerpo.

PARA SABER

MÉXICO es el primer exportador de jeans para hombres en EU

6-7

PIEZAS tienen los mexicanos en su armario, lo que nos convierte en uno de los países que más utiliza mezclilla en toda Latinoamérica, según Jaime Flores Cornejo, el director senior de Cotton Incorporated para América Latina.



Además de duradera, este tipo de tela puede lavarse con poca frecuencia y economizar agua.

Ojo con la confección. Revisa los detalles de costura, los remaches y los cierres. Los de mejor calidad suelen tener costuras reforzadas y botones bien colocados que garantizan una mayor resistencia o durabilidad.

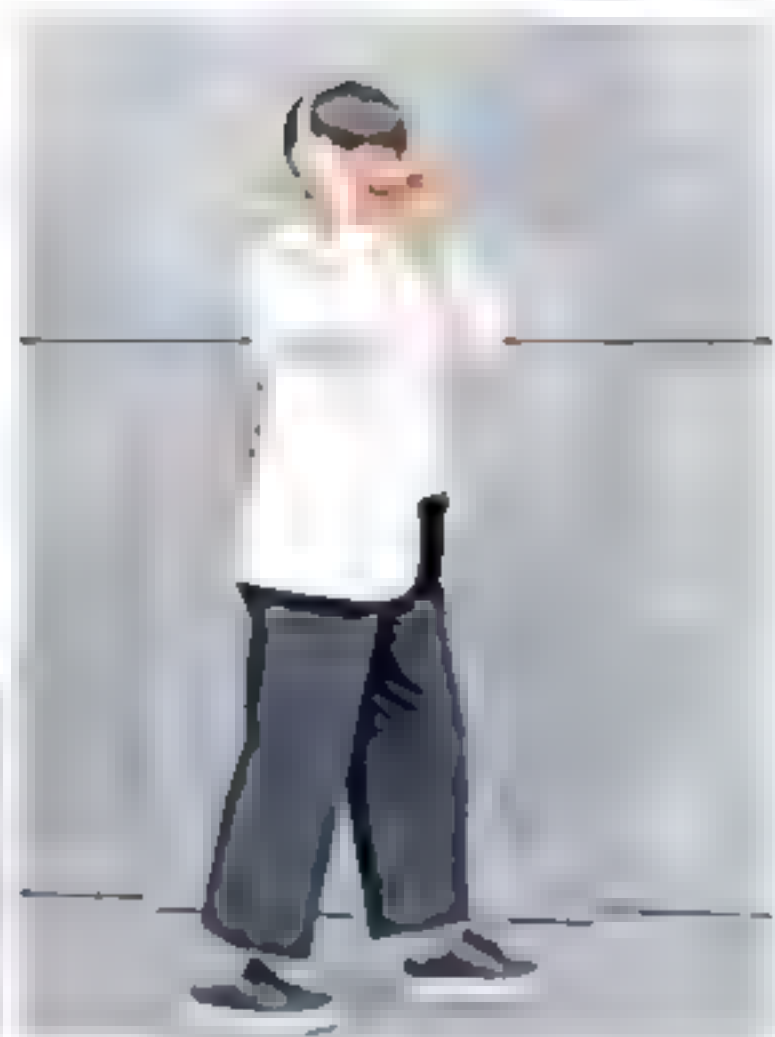
Marcas reconocidas. Por lo regular suelen ser más costosas, pero cumplen con las características de primera calidad por sus materiales y técnicas de fabricación avanzadas para garantizar la excelencia en sus productos.

Encuentra tu estilo. Elige el corte que mejor se adapte a tu cuerpo y preferencias. El mercado actual ofrece una variedad de opciones, desde los clásicos ajustados hasta los holgados, para satisfacer las necesidades de cada individuo.

Calidad-precio. Si bien los jeans de excelencia pueden tener un precio inicial más alto, su durabilidad y resistencia justifican la inversión a largo plazo. Evalúa la calidad del tejido, la confección y los detalles antes de tomar una decisión.

LA FAMA

EL ESTILO vaquero, roto y desgastado tuvo su auge a partir de los videos y conciertos de grupos como The Rolling Stones, Bruce Springsteen o Ramones.



Los tonos con múltiples combinaciones, sin importar la temporada.

Ying y yang

SUPLEMENTOS

Si en tu regreso a clases sientes que el sol está en modo asesino, seguramente te preguntarás si además del bloqueador solar, te puedes proteger con otra alternativa como tu ropa. Venimos a desempolvar el debate de vestir de blanco o negro para mantenerte fresco.

Algunos argumentan que el blanco refleja la luz y, por lo tanto, mantiene el cuerpo más fresco mientras que otros señalan el uso de ropa negra por parte de los beduinos en los desiertos, evidencia de que puede tener sus propios beneficios.

¿Sabías que hay experimentos con infrarroja que han analizado este tema? El objetivo es descubrir cómo interactúa el color de la ropa con la radiación térmica. Los resultados demuestran que ambos colores reflejan cantidades similares de radiación infrarroja, lo que indica que los dos podrían ser igualmente efectivos para mantener el cuerpo fresco.

Sin embargo, la evaporación del sudor juega un papel relevante en el enfriamiento del cuerpo humano. La ropa oscura podría generar un efecto tipo chimenea al calentar el espacio entre la tela y la piel, promoviendo así una corriente de aire ascendente que contribuye al enfriamiento. Aunque este efecto podría ser beneficioso en ciertas circunstancias, como en las prendas holgadas utilizadas por los beduinos, no es aplicable a la mayoría de la ropa moderna.

Además, factores como el viento y la humedad también pueden influir en la eficacia de la ropa para mantener la frescura. Por lo tanto, la elección entre blanco y negro puede depender de una serie de variables y preferencias personales. ¡Tu decides!

SIMILITUDES

LA ELECCIÓN puede depender de factores como transpirabilidad del tejido y condiciones ambientales como el viento y la humedad.

American Eagle X

Manuel Turizo:

Una mezcla de estilo y personalidad

American Eagle lanza una nueva colección en colaboración con el cantante y compositor colombiano, **Manuel Turizo** para este regreso a clases

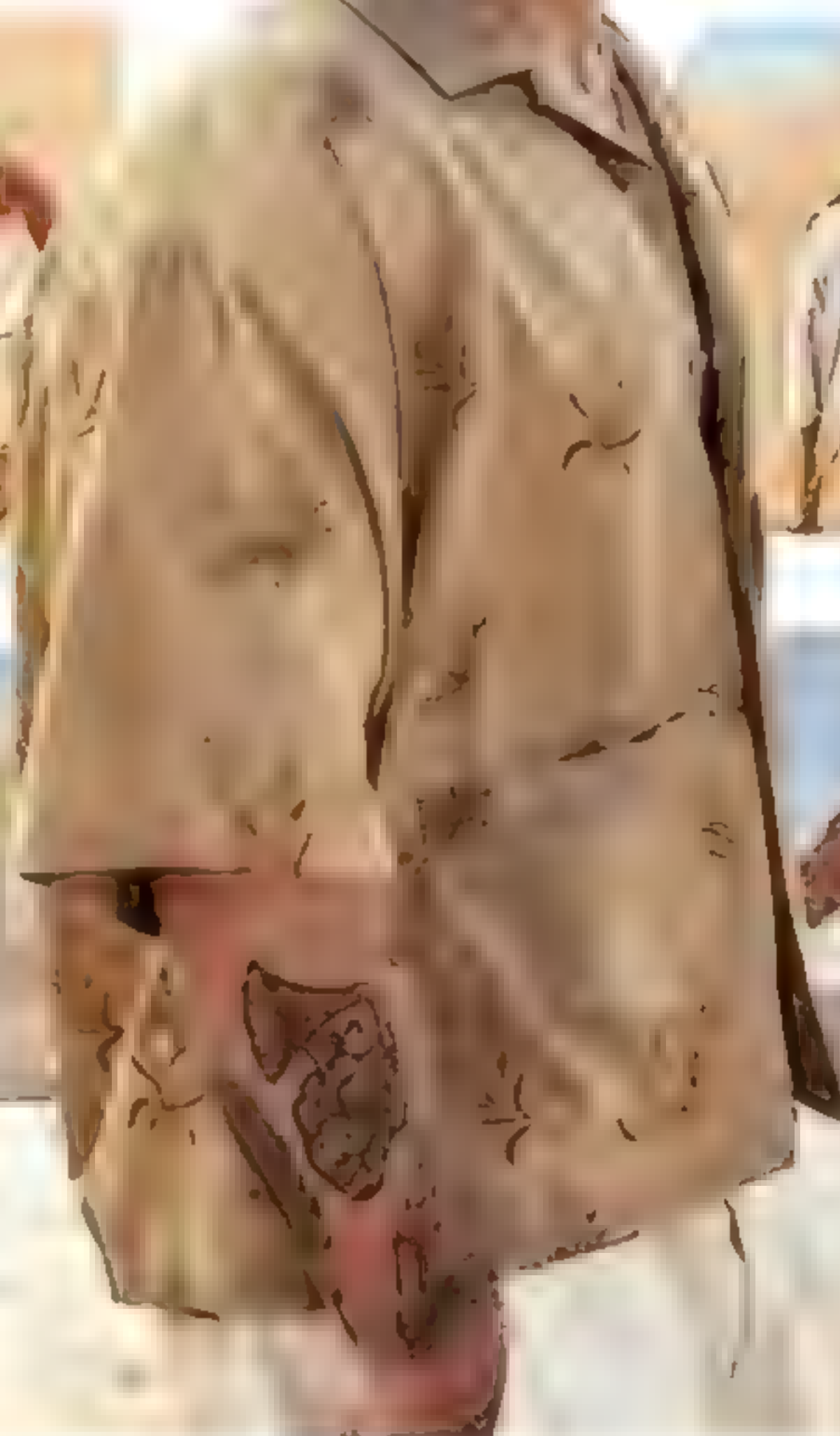
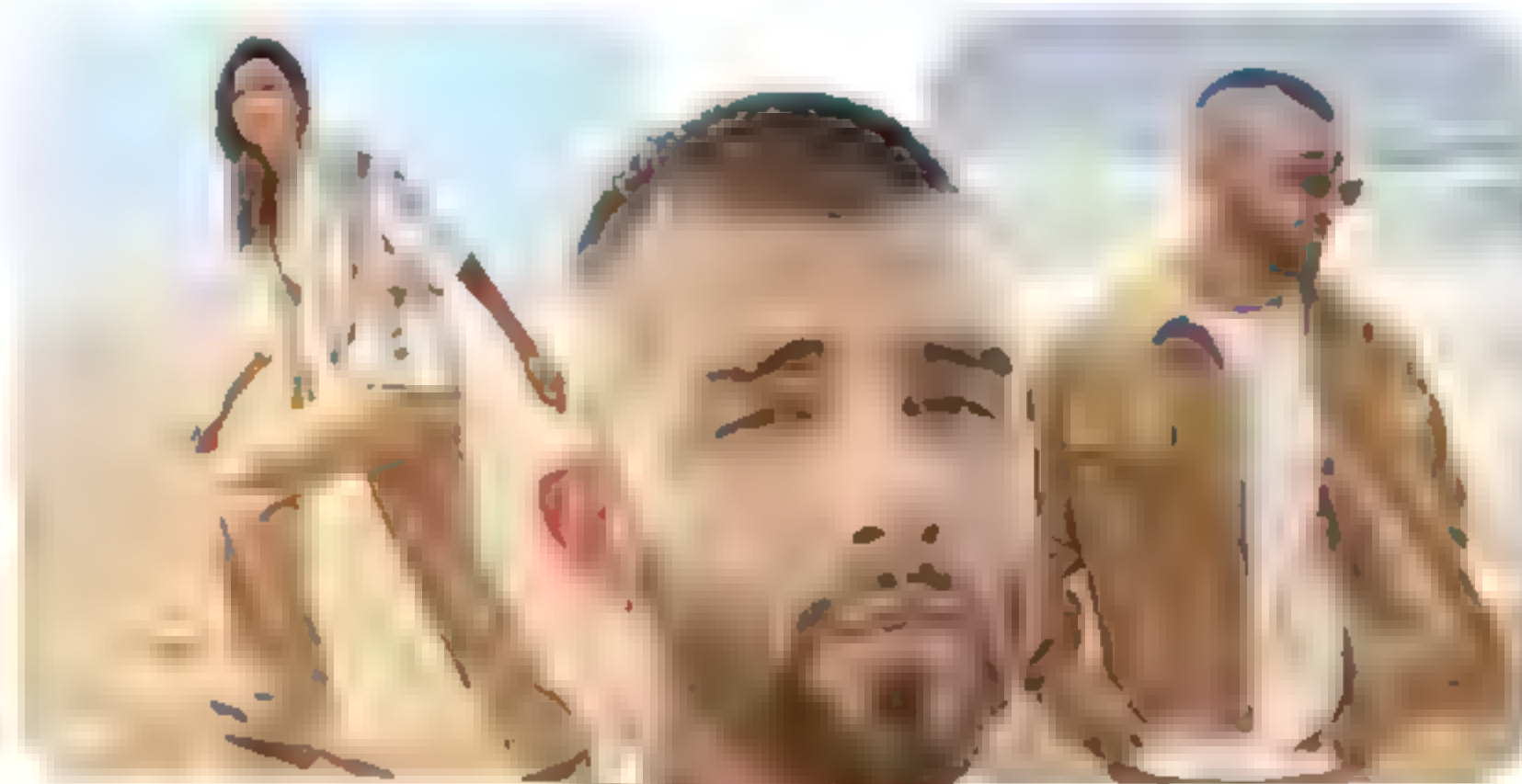
Por Mildred Estrada

Una de las piezas imprescindibles de tus outfits para poder sobrevivir a las horas extra de clases, son los jeans, que esta temporada se llenan de estilo con la nueva colección Back to School de **American Eagle** intervenida por el cantante y compositor colombiano, **Manuel Turizo**, que fusiona comodidad y estilo, creando piezas statement, perfectas para este regreso a clases

Fiel a su concepto urbano y estilo distintivo, el famoso cantante ha tomado como principal inspiración a los elementos naturales para crear este conjunto de piezas. La paleta de colores incluye tonos tierra como arena y kaki, junto con azules que evocan el mar y el cielo. Estos colores básicos, que siempre encuentras en tu clóset, pueden reinventarse de mil maneras para expresar tu individualidad

"Está diseñada para que te sientas cómodo con lo que llevas puesto, que sea algo que no te moleste en ningún momento y no te sientas cansado de llevarlo" compartió el intérprete de Una lady como tu

Las fotos de campaña tuvieron lugar en las hermosas playas de Veracruz específicamente en Chachalacas donde las dunas y el mar juegan con el movimiento, el cambio y la fuerza que representa



cada prenda. Logrando verse reflejada su esencia y estilo distintivo, invitando a celebrar la música, la moda y la aventura

La colección de **American Eagle x Manuel Turizo**, incluye una gran variedad, entre las que destacan, chamarras que combinan funcionalidad y estilo, pantalones cargo que te darán comodidad y versatilidad, sudaderas oversized perfectas para un look relajado, entre otras, para que puedas resaltar tu estilo y expresar tu verdadera voz

"Es ropa que la puedes utilizar todo el tiempo, para cualquier momento. Son básicos que siempre están en tu clóset", dijo **Manuel Turizo**

Por lo tanto no es solo una línea de ropa; es una invitación a explorar y expresar tu esencia. Cada pieza está diseñada para ayudarte a destacar y a sentirte cómodo siendo tu mismo

Este Back to School, haz que cada día de la semana sea un statement de estilo dentro y fuera de las aulas! Encuentra la colección de **American Eagle x Manuel Turizo** en el sitio web y tiendas físicas. No dejes de seguir a @americaneaglemx para conocer más sobre este increíble lanzamiento, nuevas tendencias y los consejos más in para crear looks igual de auténticos que tu



PREPA UNE

COLEGIATURAS DESDE

\$1,000*

¡Inscripciones abiertas!

Conoce también nuestros diferentes

Licenciaturas y Maestrías



REGRESO A CLASES

Tenemos todo!



**Variedad de marcas,
productos y precios**



**Tú lista de útiles
súper completa**



**Compra en grupo
aprovecha el mayoreo**



**Ahorro
garantizado**



**Santander
y Citibanamex***



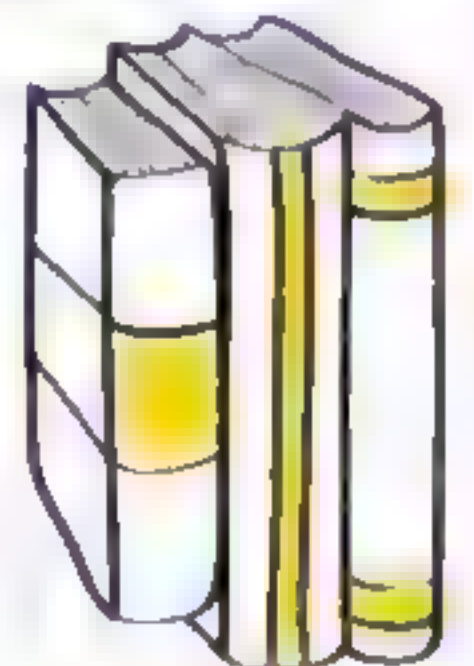
**Aceptamos
Mi Beca para Empezar**

50 sucursales en el país

CDMX: Centro, La Obra, IztaPapa, BOMEX, Teluca, Tlaln., Atlixapán, Ecatepec, Texcoco, Naucalpan, Chicolospan, Nezahualcoyotl, Chalco, La Paz, Los Reyes
MORELIA: Ventura, puente
PACHUCA: Autopista y Vicente Fox



Tenemos todo!
Negocio • Escolar • Hogar





La materia prima puede durar varias semanas sin astillarse ni perder brillo

Las uñas en tendencia

SUPLEMENTOS

QUE TUS MANOS SEAN LA ENVIDIA DEL SALÓN, TE CONTAMOS QUÉ CONSIDERAR, EN ESPECIAL SI LE COLOCAS GELISH

Cada vez más personas optan por hacerse sus propias uñas gelish en casa. ¿Por qué? La respuesta es simple: la comodidad y la durabilidad de estas manicuras son insuperables. Sin embargo, antes de hacerlo es esencial conocer los riesgos y tomar las precauciones.

Para comenzar aplica en tus manos protector solar corporal, te ofrecerá bloqueador ultravioleta. El proceso de colocar el esmalte en gel implica pasos precisos para garantizar un resultado impecable. Desde la limpieza inicial hasta el top coat, todo es importante, puedes empezar con esto: empuja la cutícula hacia atrás, limpia la placa, da forma a la uña natural y retira suavemente el brillo. Luego, pon los productos específicos como el gelish capa base y el esmalte gelish del color de tu elección para obtener una manicura duradera.

Y aunque el resultado final puede ser espectacular, es importante ser consciente de los riesgos asociados con el uso de lámparas UV o LED durante el proceso de curado. La exposición repetida a los rayos ultravioleta puede provocar envejecimiento prematuro de la piel y, en casos extremos, aumentar el riesgo de cáncer. Por ello, es primordial limitar la permanencia en la lámpara y utilizar protectores solares o guantes durante el procedimiento.



Para retirarlo se necesita remojar en acetona y un limado suave

PASO A PASO

Si estás decidido a hacer tus propias uñas gelish en casa, recuerda siempre seguir las precauciones adecuadas.

Limita la exposición a las lámparas UV o LED.

Utiliza protectores solares o guantes durante el proceso de curado.

Sigue las instrucciones de aplicación de los productos.

Remueve el esmalte con cuidado para evitar dañar las uñas.

Deja tiempo entre manicuras para que tus uñas se recuperen.

PRECAUCIÓN

ACUDE al manicurista para eliminar el esmalte sobrante antes de un nuevo diseño.

SUGERENCIA

LOS DEGRADADOS de uñas de cualquier color se llevan mucho en el verano.

Además, los productos químicos presentes en el esmalte en gel pueden causar reacciones alérgicas y dañar temporalmente las uñas si no se utilizan correctamente. Es fundamental seguir las instrucciones de aplicación y remover el esmalte con cuidado para evitar cualquier tipo de daño.

El dermatólogo Chey Ranasinghe explica la importancia de minimizar la exposición a los rayos UV y tomar precauciones adecuadas durante cada una de las etapas de aplicación del esmalte en gel, pero no te preocupes, si bien existen riesgos asociados a este tratamiento estético, con cuidado y atención, puedes disfrutar de unas uñas espectaculares desde la comodidad de tu hogar.

Si estás buscando alternativas, existen muchas opciones disponibles en el mercado, desde manicuras tradicionales hasta esmaltes peel-off o efecto gel. La clave está en encontrar lo que funcione mejor para ti.

Depilación facial: Qué considerar

SUPLEMENTOS

Descubre algunos métodos seguros, así como consejos para mantener una piel sana y radiante

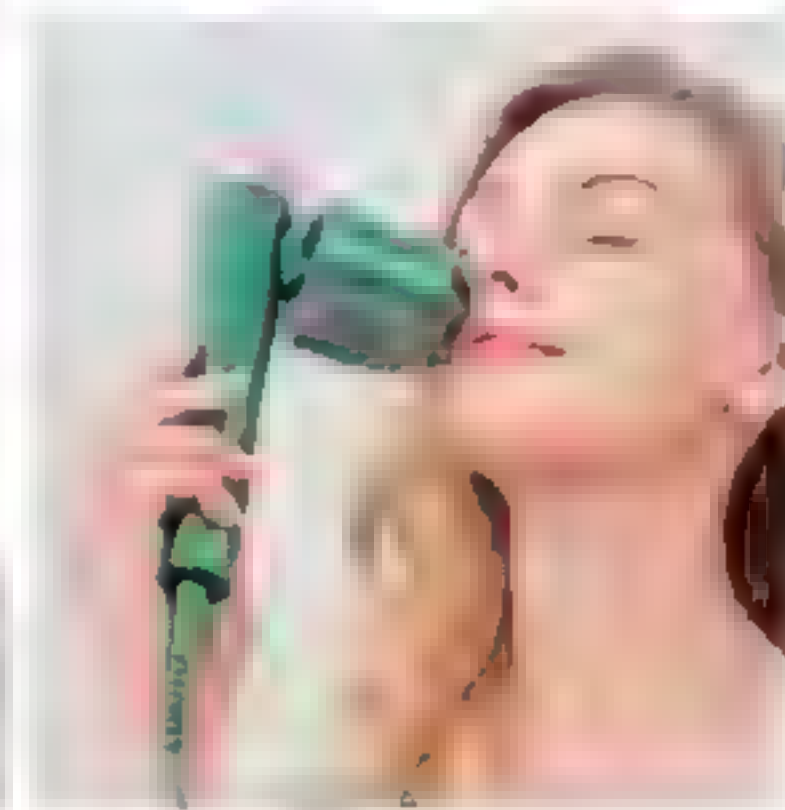
La adolescencia es una etapa de autodescubrimiento y crecimiento personal, puede traer consigo desafíos inesperados, como la aparición del vello facial. Aunque cada vez se elimina más el tabú, hay quienes tienen el deseo de eliminar los pelitos.

Según la Clínica Mayo, la depilación facial puede comenzar a cualquier edad, pero hay que elegir el método adecuado que sea compatible con el tipo de piel y las necesidades individuales. Más allá de las opciones comerciales, es importante fomentar la aceptación de la belleza natural y promover una autoimagen positiva.

Entre los métodos de depilación facial más comunes se encuentran las cremas, cuchillas, cera y láser. Sin embargo, cada uno tiene sus pros y contras, y es vital que los jóvenes consulten con expertos para encontrar el método adecuado, en lugar de basarse en modas o tendencias.

También hay que desmitificar la idea de que la depilación facial es exclusivamente estética y recordar que cada persona tiene el derecho de decidir cómo manejar su cuerpo, considerar los efectos secundarios y riesgos asociados como irritación, inflamación o daño a la piel.

La eliminación del vello es una elección personal y la verdadera belleza reside en la confianza y la aceptación de uno mismo. Esto promueve una autoestima positiva que es fundamental para el bienestar emocional y mental.



Antes de un tratamiento es vital consultar a un especialista

CUIDADO

LA TECNOLOGÍA láser no afecta la textura de la piel facial.



KOLA LOKA

PEGAMENTO
INSTANTÁNEO

CARPINTERO PROFESIONAL



¡Nuevo!



• Pegamento instantáneo para unir madera y otros materiales.

**ÚNICO CON
GARANTÍA DE
REEMPLAZO**

¡pega de **LOCURA!**

• En segundos uniones fuertes y permanentes, resistentes a temperaturas de hasta 120 °C, a la humedad y a los químicos.

• Prepare la madera, rocíe el **ACTIVADOR** en una de las partes a pegar, ponga la gota de **PEGAMENTO** en la otra parte, presione y ¡listo!



¡Cómpralos HOY mismo! www.krazykolaloka.com.mx

Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración (SCA) S. de C. V. es propietaria y por lo tanto titular de los siguientes nombres y avisos comerciales, cuyos derechos se reproducen, reservados con el símbolo (®).

KOLA LOKA

PEGAMENTO
INSTANTÁNEO

**En Segundos
Abrillanta, Fortalece
y Endurece uñas.
¡Aplica, pasa la luz UV
y listo! Dura 3 veces más
que un esmalte estándar.**

Lady®



**GARANTÍA
DE CALIDAD
TOTAL**

**¡Fácil de
remover!**

**SECA AL
TACTO
DESPUÉS DE
APLICAR
LA LUZ UV**



IDEAL para fijar en uñas, decoraciones como piedras, adornos, perlas, etc. Pega uñas artificiales

¡Cómpralos HOY mismo! www.krazykolaloka.com.mx

Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración (SCA) S. de C. V. es propietaria y por lo tanto titular de los siguientes nombres y avisos comerciales, cuyos derechos se reproducen, reservados con el símbolo (®).

Movimientos ligeros

BRENDA MARQUEZHOYOS

AQUÍ TE OFRECEMOS UNA GUÍA PARA ELEGIR LAS CARACTERÍSTICAS QUE SE ACOMODEN A TUS NECESIDADES

Las clases regresan y tienes que prepararte para una nueva aventura del conocimiento. Una de las decisiones más importantes tanto para los estudiantes como para los padres, es que deben tomar la elección de la mochila adecuada. No se trata solo de una cuestión de estilo, sino también de comodidad y funcionalidad. Aquí te ofrecemos una guía para elegir las características que se acomoden a tus necesidades.

Tamaño y capacidad. Debe ser lo suficientemente espaciosa para llevar todos los libros, los cuadernos y los artículos escolares sin sobrecargar tu espalda. Busca una con varios compartimentos para mantener tus pertenencias organizadas y evitar el desorden. Incluso si solo llevas una laptop o tablet necesitas resistencia y una que tenga bolsas especiales.

Comodidad y soporte. Opta por correas ajustables y acolchadas para distribuir el peso de manera uniforme en tus hombros. Además, respaldo acolchado para brindar apoyo adicional a tu espalda.

Material duradero. Elige alguna que este fabricada con tela resistente como nylon o poliéster, para garantizar que aguante el uso diario, así como las condiciones cambiantes del clima.



TOMA EN CUENTA

ES IMPORTANTE que cargues las mochilas con los dos correas, para distribuir el peso en ambos lados.

KILOGRAMOS como máximo debe cargar un joven en la espalda, según IMSS

PARA SABER

LO IDEAL según la Profeco, es que los cierres de la mochila estén reforzados, con el objetivo de prevenir que se avenen a las pocas semanas de uso.

Diseño ergonómico. Es esencial para prevenir problemas de postura y salud. Opta por formas contorneadas que se adapten bien a la curva natural de tu espalda.

Reflectividad y visibilidad. La seguridad es primordial, especialmente si caminas o viajas en bicicleta hasta la escuela. Elige una con detalles reflectantes para aumentar tu presencia en condiciones de poca luz.

Estilo personal. Si bien la funcionalidad es crucial, no te olvides del look. Elige aquella que refleje tu personalidad y gustos, pero sin comprometer la calidad o la comodidad.

Prueba antes de comprar. Si es posible, píntela antes de comprarla para asegurarte de que se ajuste adecuadamente y sea cómoda de llevar. Una que se adapte bien a tu cuerpo reducirá el riesgo de lesiones y molestias.

La Asociación Americana de Terapia ocupacional recomienda que no cargues más de un 15% de su peso corporal, en tu mochila, esto para prevenir alguna lesión, es decir, tomando como referencia lo anterior, la mochila siempre debe estar pegada a la espalda y junto a la zona lumbar entre las caderas.

En caso de que la mochila cuente con una correa de ajuste abdominal mejorará la distribución del peso, sobre todo cuando se lleva bastante peso.

Sin servilleta pegada

ARIANNA BUSTOS

No sufras más, aquí están los mejores consejos para que te olvides del pan remojado y aplastado

Millones de estudiantes del mundo han comido por lo menos el mismo platillo alguna vez en su vida en etapa escolar, nos referimos al sandwich.

El nutriólogo, Luis Armando Martínez Delgado, menciona que esta clase de emparedado puede ser más saludable si intercambias pan blanco por integral, para aumentar el consumo de fibra diario, incluir queso panela, aguacate en lugar de mayonesa y agregar verdura como espinacas, plátano y jamón de pavo y queso panela.

La combinación con verduras permite integrar a la dieta carbohidratos complejos, proteínas de alto valor biológico y grasa saludable. ¿Qué podría salir mal? ¡El almacenamiento!

¡Al vez recuerdes con frustración la sorpresa de la servilleta pegada al pan o lo deforme que se ve al sacarlo de la mochila, los golpes durante el traslado no dan tregua, pero, no más! A continuación te compartimos algunos consejos y productos para descubrir la manera correcta de guardar un sandwich.



Hay empaques de distintos colores y diseños divertidos en el mercado.

PASO A PASO

Asegúrate de elaborarlo con ingredientes frescos, evita perecederos o productos lácteos, en especial si están fuera del refrigerador mucho tiempo.

Para envolver

Utiliza papel encerado, film, de abeja, pergamino o una envoltura reutilizable; este tipo de material permitirá que ningún insumo se mueva y que el pan se endurezca o se humedezca.

La tradicional bolsita

Si tardarás en comértelo, incluso llevarlo para un picnic o actividad lejos de casa, colócalo en una bolsa térmica con un gel refrigerante o bolsa con hielo para mantenerlo a una temperatura segura.

Envoltorio reutilizable

Puedes invertir en una envoltura reutilizable hecha de cera de abejas o sílica; estos materiales son opciones ecológicas y pueden mantener tu sandwich fresco por más horas, mejor que con cualquier otro método.

Dile sí a los herméticos

Si tienes un sandwich con ingredientes delicados o salsas, colócalo en un recipiente; esto evitará que los sabores se mezclen y, en especial, que no se aplasten en tu bolsa o mochila.

TIP

Si preparas sandwich para la semana, envuelve en papel film y congela. Para consumirlo, descongela en el refrigerador o calienta en el horno si tiene ingredientes cocidos.

Regreso a clases: Cómo seleccionar la mochila ideal

La nueva línea de Kipling acompañará tus días con estilo y comodidad

Por Mildred Estrada

El regreso a clases está muy cerca, ya es momento de preparar todo para volver a las aulas. Uno de los detalles más importantes a seleccionar es la mochila en la que se guardarán los útiles escolares. Este nuevo ciclo es una gran oportunidad para renovarse y buscar opciones que se ajusten a tus necesidades y gustos y en Kipling encontrarás el modelo ideal para ti.

Las mochilas han dejado de ser simplemente una ayuda para transportar útiles para convertirse en un accesorio más que refleja tu estilo y personalidad.

¿Qué debe tomar en cuenta al elegir una mochila para el regreso a clases?

Dado que la mochila será un elemento que utilizarás todos los días, su selección debe ser sumamente cuidadosa. No te enfoques sólo en colores y tamaño, también observa otros detalles que pueden mejorar la experiencia.

Diseño. Kipling ofrece una gran variedad de tamaños y colores para todas las edades y gustos. Desde los más sencillos con colores oscuros y lisos, hasta los más atrevidos y divertidos con intereses, ironías, combinaciones, estampados o efectos con brillos y tie dye. Encontrarás opciones tanto para el colegio como para llevar tus cosas a las clases de deportes, loncheras para el almuerzo e incluso mochilas con el tamaño perfecto para transportar lo necesario.

Funcionalidad. Además de un diseño llamativo y buen tamaño, una excelente mochila es aquella que cuenta con elementos funcionales de gran ayuda en el día a día, por ejemplo, varios bolsillos para colocar cosas pequeñas y tener fácil acceso como credenciales, cargadores o audífonos, bolsas ocultas

para los objetos valor o compartimentos especiales para artículos de papelería y para proteger tu computadora portátil.

Comodidad. Otro detalle muy importante que debes revisar es la comodidad. En ocasiones los estudiantes deben cargar mucho peso por largos periodos de tiempo y qué mejor que llevar una mochila liviana y lo más confortable posible. Identifica la ergonomía de sus ajustes, la longitud de las cintas ajustables, la facilidad para moverla y cómo se siente respaldar o cargar mochilas para evitar lesiones de espalda, brazos y hombros.

Calidad. Las mochilas no deberían ser un gasto continuo a menos que quieras cambiar de estilo. La calidad en su fabricación es primordial a la hora de elegir. Kipling cuenta con varios estándares que garantizan materiales de alta calidad para que tu mochila dure muchos años con la misma capacidad de soporte y manteniendo sus brillantes colores. Cierres, broches, uniones e incluso tela semi repelente al agua para protegerla de accidentes y lluvia.

Accesorios. Los aditamentos que le puedas agregar a tu mochila mejorarán la experiencia diaria, por ejemplo, gel antibacterial para desinfectar tus manos y superficies cuando sea necesario, un espacio para llevar tu botella con agua y evitar derrames o un llavero para tu credencial y utilizarla con facilidad, entre otros.

La nueva colección de Kipling para el regreso a clases se ha sometido a revisiones exhaustivas por los más detallistas y exigentes usuarios, adaptando sus mochilas a las necesidades de un nuevo ciclo lleno de aventura, expectativa y un millón de oportunidades.



Devora libros

ARIANNA BUSTOS

DESCUBRE DE QUÉ MANERA PUEDES AGRILIZAR
TU LECTURA Y MEJORAR LA COMPRENSIÓN.
SÁCALE PROVECHO A LAS LETRAS

1 DE CADA 3

PERSONAS en México no tienen el hábito de consultar libros, periódicos, revistas, páginas web o historietas, de acuerdo con datos del Módulo de Lectura (Mnlec) 2024

EN EL CEREBRO

SI LEES EN PAPEL, la experiencia será táctil y sensorial; y las pantallas ofrecen una interactividad y flexibilidad sin igual

Puedes cargar desde cuadernos hasta computadora, tiene medidas estándar

El auge de las tote bag

SUPLEMENTOS

Desde su modesto origen como una solución práctica para transportar hielo en Maine en 1944, el bolso tote ha evolucionado hasta convertirse en un elemento esencial de la moda contemporánea. Con su diseño versátil y su capacidad para adaptarse a cualquier ocasión, este accesorio ha dejado una huella indeleble en la historia de la moda y en la conciencia de la sostenibilidad.

Inicialmente concebido como el *Beano's Ice Carrier* de E. Bean, el bolso tote ha transformado a lo largo de los años, convirtiéndose no solo en un artículo funcional sino también en un herramienta de *marketing* y, más recientemente, en una expresión personal de estilo y conciencia ambiental.

En la década del 80 tomó fuerza como una forma publicitaria para empresas que imprimían sus logotipos lo que generó el rechazo de sus asociados con la identidad de marca. Este enfoque innovador fue adoptado por empresas como la librería *The Strand*, cuyos bolsos se convirtieron en un símbolo distintivo de la ciudad de Nueva York.

Fue en la última década cuando experimentó un renacimiento significativo, impulsado por la creciente preocupación por la sostenibilidad. En un mundo donde la moda impulsa el consumo excesivo, cada vez más consumidores se posicionan como una alternativa duradera y ecológica.

Por ejemplo, Marc Jacobs, un jugador clave en esta evolución, lanzó su propia versión del bolso tote en 2007. Con su diseño simple pero elegante era una la versatilidad y la funcionalidad que lo han definido a lo largo de los años. Además, su relativa asequibilidad lo hace accesible para una amplia gama de consumidores, en contraste con los bolsos de pasarela de lujo de la marca.

COMPOSICIÓN

ALGODÓN lona o yute, son los materiales que más se emplean para este tipo de

© iStockphoto.com

Si tienes el hábito arraigado de leer una que otra página o artículo y quieres mejorar el ritmo para lograr tus metas literarias en especial ahora que la información fluye a la velocidad de la luz, las herramientas virtuales se despliegan en la palma de nuestras manos.

Ya no se trata solo de abrir un libro de papel sino de adentrarse en las letras digitales que redefinen la experiencia de aprender y disfrutar de la lectura.

Es importante reconocer el ritmo personal muchas veces cuando terminamos un libro tenemos este doble sentimiento: por un lado el disfrute de haber concluido y por otro el efecto del final de la historia y la despedida de sus personajes.

Otras veces queremos seguir conociendo la obra del autor y de inmediato nos lanzamos por el siguiente libro. En cada caso la experiencia personal es la que nos marca el ritmo. Ahora leemos igual las veces o mismo texto: cuenta la vocera de FEMEX, Angeles Trujillo Guerrero.

TEORÍA A PRÁCTICA

La velocidad con la que terminas de leer una publicación es subjetiva; sin embargo, te damos algunas ideas para intentar leer más

Por temas. Si el objetivo es compartir más lecturas en familia e involucrar a los pequeños, los especialistas de IBBY México nos sugieren hacer una selección temática: libros de lobos que hablen de aventuras o de fiestas, esto lo hará más divertido.

Lista de géneros. Ciencia ficción, policiaca, gótica, fantasía, no importa cuál prefieras; de acuerdo con Angeles Trujillo Guerrero, la sugerencia es hacer un top para que hagas elecciones más conscientes de libros ya sea online o físicos.

Metas diarias. Otra recomendación es proponerte leer una cantidad de páginas diarias (todo es mejor que ninguna) por tu meta de acuerdo al tiempo libre que tengas, puede ser antes de dormir, al despertar o a la hora de la comida.

EVOLUCIÓN EN LA LECTURA

Por otro lado, Ferris iba a escribir para *Scientific American* sobre la transición a la lectura digital, la solución de debate desde hace décadas. Mientras que en el pasado se afirmaba que la lectura en pantalla era más lenta y menos precisa que en papel, investigaciones más recientes han arrojado resultados contradictorios. Si bien muchos aún prefieren la sensación táctil del papel, las actitudes están cambiando a medida que la tecnología avanza y los libros digitales se vuelven más comunes.

Maryanne Wolf, psicóloga del desarrollo y científica cognitiva, destaca que la lectura en papel activa regiones cerebrales relacionadas con el reconocimiento de palabras, esto es, una experiencia física que el cerebro humano ha aprendido a aprovechar a lo largo de milenios. Sin embargo, la lectura digital ofrece su propio conjunto de ventajas, como la accesibilidad instantánea a una vasta cantidad de información y la capacidad de personalizar la lectura según las preferencias individuales.



¿NO SALISTE EN LISTAS?



UNIVERSIDAD VICTORIA

Welcome Home

¡ES LA OPCIÓN!

**Licenciaturas e ingenierías
Bachillerato 2 y 3 años**



55 5803 5555



www.universidadvictoria.edu.mx

Contáctanos!



SYN QUICK
LEARNING

TOEFL ITP

INTERNET
ASSOCIATES

Microsoft

CISCO

Microsoft

Este es el mejor momento para

**HABLAR
INGLÉS**

Solo en



**QUICK
LEARNING**

¡hablas o hablas!



¡Conócenos!

Tenemos 69 sucursales en el
país y más de 25 en CDMX y
zona metropolitana



Método
comprobado



Te diviertes
mientras aprendes



Habla desde
el primer día



55 6111 1490 quicklearning.com

De las aulas a la alta costura

BRENDA MARQUEZHOYOS

UTILIZA TUS CALCETINES O MEDIDAS DE LA ESCUELA PARA ARMAR OUTFITS SALIDOS DE PASARELA

La Semana de la Moda de París de este año fue testigo de un debut deslumbrante y profundamente nostálgico cuando Alessandro Michele presentó su colección *Avant les debuts* para Valentino. Aunque se esperaba una explosión de maximalismo y fantasía, el creativo sorprendió al público con un guiño inesperado a un elemento familiar: las calcetas escolares blancas con boyos, reminiscencias de las usadas por generaciones. Típicamente vistas en uniformes de cualquier escuela, fueron reinventadas por Michele a un nuevo nivel de sofisticación al ser combinadas con prendas de alta costura de Valentino. ¿Te animarías a llevarlas a la escuela?

Alessandro es conocido por su habilidad para fusionar elementos del pasado con un toque moderno, y ahora más, porque se adentró en los archivos históricos de Valentino en Roma, decidió emplear patrones y texturas de épocas pasadas con los diseños encantadores que evocan la inocencia y simplicidad de lo cotidiano, encontró un nuevo significado bajo su dirección creativa.

Las calcetas completaron trajes de lujo como vestidos bordados, capas decoradas y abrigos con detalles de piel. No solo trajeron de vuelta un accesorio cotidiano, sino que transformaron un símbolo de alta moda, demostrando una vez más su maestría en la reinterpretación de lo familiar. Inspírate para llevar esos looks con medias de malla ahuecadas, encaje de rejilla jacquard y patrón floral.

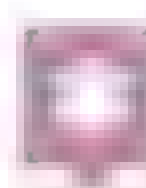


La propuesta de marcas como Valentino es usarlas con vestidos bordados y capas decoradas.



SIGLO XVI

POR PRIMERA vez se hicieron calcetines tejidos a máquina.



PARA ELLOS

LOS COLORIDOS combinados con tenis y los oscuros con zapatos de vestir.

PARA SABLE

Absorben la transpiración porque la función que tiene para los pies, es mantenerlos libres de sudor por más tiempo.



Se usan en estilos como el preppy.

Este enfoque más sutil y delicado que caracterizó a gran parte de la colección, reflejó la capacidad de la marca para balancear el exuberante maximalismo con elementos más sutiles y refinados. La elección de incluir calcetas claras con detalles calados aportó un toque de ligereza y frescura, alineándose con la paleta de colores más neutra y fría de la colección.

Explicaron que, al llegar a Roma, se revisaron los archivos de la marca y en especial las alfombras, los jarrones chinos, las cosas hermosas. Se amplificó la belleza.

En *Avant les debuts*, las calcetas escolares no son simplemente un accesorio, son una metáfora de la versatilidad y la constante reinención que define la moda bajo la dirección de Alessandro Michele. Su primera colección para Valentino no solo honra el pasado, sino que también lo reinventa.

No olvides el peinado

SUPLEMENTOS

Descubre las herramientas esenciales para lograr una cabellera de alto impacto

Aunque la prisa nos pide inmediatez, no podemos descuidar nuestro aspecto, y un buen peinado puede marcar una gran diferencia. Afortunadamente, existen herramientas y técnicas que facilitan el proceso sin mucho esfuerzo.

El secador de pelo es una herramienta esencial. Para elegir el adecuado, considera el peso y el tamaño de la boquilla. Uno ligero y con una boquilla corta permite maniobras más precisas y cómodas. La potencia del motor es igualmente crucial: se recomienda optar por los que tienen una potencia entre 1000 y 1800 vatios para evitar daños al cabello debido a un flujo de aire insuficiente.

Los secadores modernos están fabricados con materiales como turmalina y cerámica que aumentan la producción de iones negativos al calentarse, resultando en un cabello más suave y brillante. El uso de la boquilla es importante para dirigir el aire de manera uniforme, sellando las cutículas y añadiendo brillo. Mantén siempre una pequeña distancia y ángulo de tu cabello y evita sostenerla directamente sobre el cepillo para prevenir daños.

Una plancha estrecha es ideal para llegar a las raíces y permite variaciones en los estilos. Debe tener configuraciones de calor ajustables para adaptarse a diferentes tipos de cabello, con un rango de temperatura que oscile entre 50°C y 230°C. Las que son de cerámica, turmalina o híbridas ofrecen un efecto más suave, ya que es conocida por su capacidad de liberar iones negativos, lo que mejora el brillo. Es importante limpiar la plancha con alcohol isopropílico y un paño húmedo para mantenerla en buen estado.



Los diseños modernos suavizan y dan brillo a tu cabello.

¡TOMA EN CUENTA!

Los rizadores con clips de metal o dientes pequeños proporcionan calor uniforme y rápido, ideales para peinados voluminosos.

Las bandas elásticas sin metal y los pasadores de alta calidad son esenciales para evitar daños al cabello.

Los cepillos de cardado y de paleta, junto con peines desenredantes, son herramientas imprescindibles para un acabado pulido.

200°C

ES LA TEMPERATURA

UN PRODUCTO



Sylkon®

SILICÓN TRANSPARENTE



¡sella de **LOCURA!**®

Repara de locura®

Sin problemas®

Sin martillo adhesivo

de montaje®

Sin martillo®

www.kolaloka.com

¡Cómpralos **HOY** mismo!®

*Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración GMZ, S.A. de C.V. es propietaria y por lo tanto titular de las siguientes marcas y avisos comerciales, cuyos diseños se reproducen, marcados con el símbolo (R)®



Pegayno despegal!®

La gota más poderosa®

Una gota es suficiente®

Una gota sostiene una tonelada®

SÚPER Gota SÚPER Glue®

Gorilla Glue®

La gota que sí pega®

SÚPER Gota®

¡AHORA disponible en presentación de

20g

Una gota basta®



GORILLA

SÚPER PEGAMENTO

¡Cómpralo en tu tienda favorita!

www.kolaloka.com

¡Cómpralos **HOY** mismo!®

*Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración GMZ, S.A. de C.V. es propietaria y por lo tanto titular de las siguientes marcas y avisos comerciales, cuyos diseños se reproducen, marcados con el símbolo (R)®

Labios rojos a la Taylor Swift

BRENDA MARQUEZHOYOS

PORQUE SI ELLA PUEDE MANTENERLO PERFECTO TÚ TAMBIÉN PUEDES HACERLO DURANTE TU DÍA A DÍA

A los vacaciones, hola regreso a clases. Este ciclo escolar no significa el fin de tu glow up veraniego. Si quieres mantener ese look cool y sofisticado con un toque de estrella del pop, te tenemos la clave: el labial rojo intenso al estilo Taylor Swift.

La cantante no solo nos ha dado himnos, también muestra un look icónico que ha trascendido épocas y modas. El labial carmin se ha mantenido como su firma visual, soportando lluvias torrenciales y enemigas, rutinas de baile, y tú también puedes lograr ese sello distintivo. Aquí te contamos cómo.

Antes de utilizar cualquier cosmético, exfolia suavemente tus labios para deshacerte de la piel muerta. Usa un bálsamo hidratante para mantenerlos suaves. Este paso asegura que el color se aplique de manera uniforme y dure más tiempo, así que no te lo saltes.

No todos los rojos son iguales, y encontrar el adecuado puede hacer la diferencia. Experimenta con diferentes variaciones para ver cuál complementa mejor tu tono de piel. Aquellos con subtonos cálidos pueden dar un toque radiante, mientras que los que los fríos añaden un aire de sofisticación.

Para un acabado perfecto y definido, empieza delineando con un lápiz más oscuro. Esto no solo ayuda a definir los labios, sino que también evita que el color se corra. Luego, aplica el bibe con precisión. Puedes usar un pincel para un efecto más uniforme.

Si algo hemos aprendido de Taylor es que el lipstick debe ser inquebrantable. Busca formulas de larga duración y a prueba de transferencias para que tu look permanezca intacto durante todo el día. Asegúrate de llevar contigo un espejo para retoques rápidos si es necesario.

Recuerda que el rojo no solo es un color, es una actitud. Llevarlo con confianza es lo que realmente lo hace destacar. Ya sea que estés enfrentando una clase de matemáticas o una presentación importante, canaliza tu Taylor Swift interior.

TIPOS DE USO

Encuentra el que mejor complementa tu piel y combínalo con diferentes prendas y accesorios.

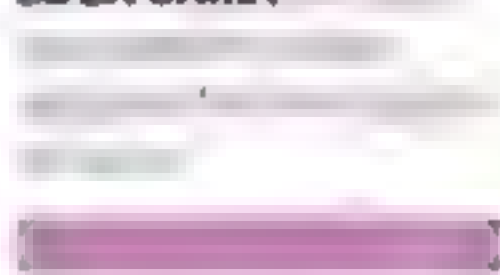
Opta por formulas de larga duración y a prueba de transferencias.

Lleva este labial con actitud y confianza, eso eleva tu imagen.

Obten más volumen utilizando una tonalidad más oscura para contornear tu boca y evitar que el pigmento se corra.

780

ES LA GAMA



El protector solar, tu nuevo compañero

SUPLEMENTOS

Cuidar de tu piel a cualquier edad, es de vital importancia, no solo en apariencia sino por tu salud

Si buscas una piel saludable y protegida, incluso en la escuela, el uso del protector solar es necesario, no importa si estás en alguna actividad al aire libre o frente a las pantallas de la computadora y tablet.

Para dilucidar mitos y realidades sobre este producto, la Dra. Jennifer Lin, de la Facultad de Medicina de Harvard, con especialidad en dermatología, explica que hay dos categorías principales: los físicos y los químicos. Los primeros, como el óxido de zinc y el dióxido de titanio, reflejan los rayos ultravioletas del sol, mientras que los segundos contienen sustancias que absorben estos rayos. Entre los ingredientes activos comunes químicos se encuentran ácido aminobenzoico, avobenzone, octisalato, octocrileno y oxibenzona.



No olvides aplicarte un poco en el rostro al jugar en el patio

RIESGOS A CONSIDERAR

En cuanto a esta última, la oxibenzona, ha generado cierta controversia debido a su posible papel como disruptor hormonal. Sin embargo, la evidencia científica hasta la fecha no ha demostrado de manera concluyente que represente un riesgo significativo para los humanos. A pesar de que puede causar reacciones alérgicas en algunas personas, su presencia en productos de uso cotidiano, como plásticos o esmaltes de uñas, hace que evitarla completamente sea poco práctico.

La especialista señala que los bloqueadores físicos micronizados, que son más comunes en la actualidad, han demostrado ser seguros para el uso dermatológico. No hay pruebas de que las nanopartículas presentes en estos productos penetren más allá de la piel o representen riesgos para la salud. Por eso es importante acudir a profesionales en materia antes de adquirir un bloqueador solar.

Estudia **Ciencias de la Salud** con materias 85% prácticas

Hospital Simulado
y Laboratorios equipados
con **tecnología**

- **Enfermería**
- **Nutrición**
- **Fisioterapia**
- **Psicología**

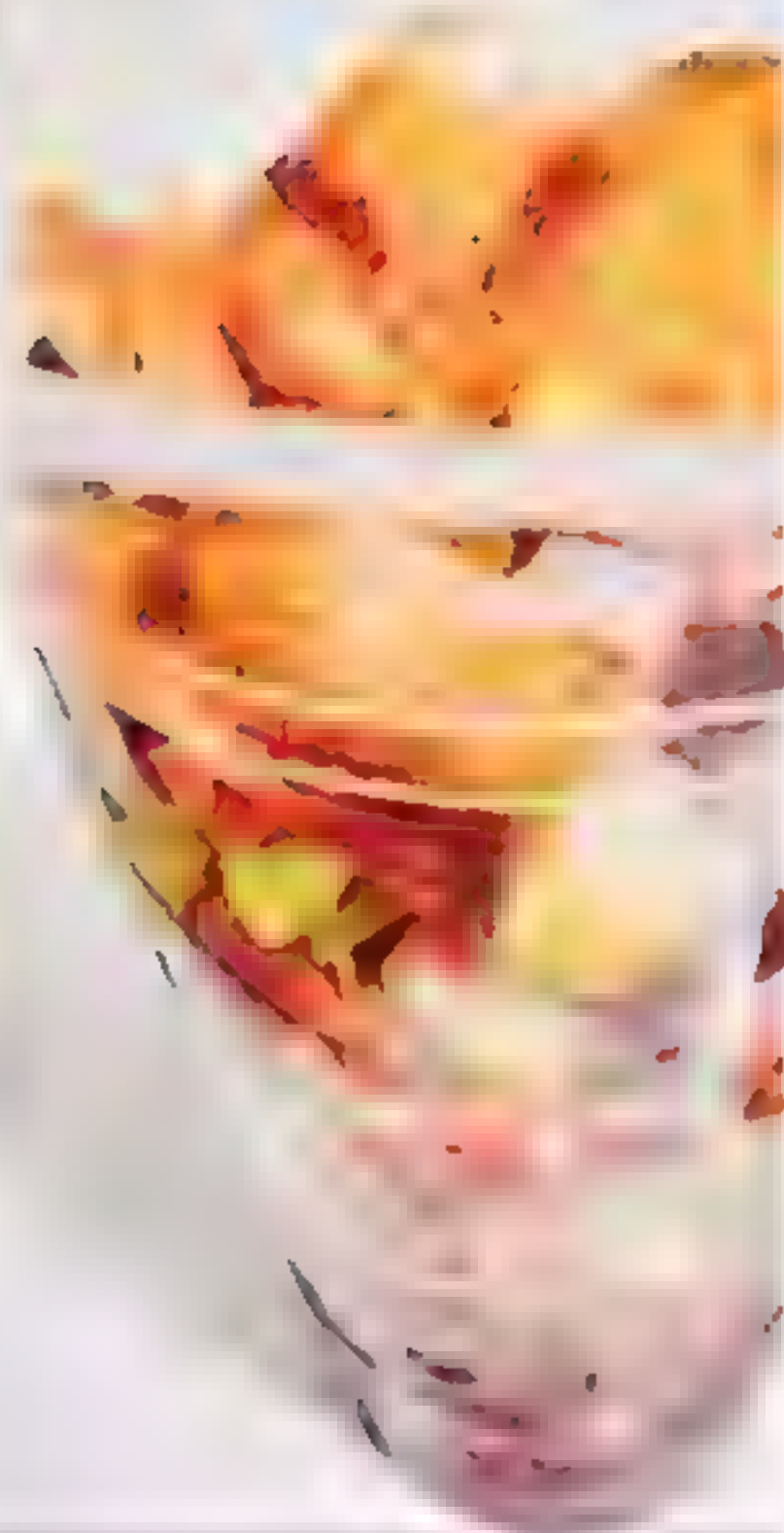
Paga solo **\$1000**
en tu primera parcialidad
+ **beca especial** a partir
de tu segundo pago



UNIVERSIDAD
ICEL

 LiveDigitalEducation





**PAPAS ROCAS
CALLEJERAS AL
ESTILO CULIACA**

INGREDIENTES

- 150 ml de jugo de tomate
 - 5 ml
 - 5 ml
 - 1 cedita
 - 2 ceditas
 - 2 ceditas
 - 50 ml de jugo de limón
 - 1 pepino en
 - 50 g de cacahuete
 - 4 saichichas
 - Duke Ruelto, al gusto
- ### PREPARACIÓN
- **Mezcla**
tomate salsa picante chamov
 - **En otro** ... n, agua para las papas ...
... ticha y cacahuates
 - **Combina** ambas preparaciones y mezc
 - **Sirve** en un vaso grande



ROLLITOS DE PAN FRANCÉS CON AMARANTO

INGREDIENTES

- 1/4 taza germinado de amarant
 - 8 rebanadas pan
 - 2 huevos batidos
 - 1/4 barra mantequilla
 - 2 barras queso crema
 - 8 cdas de mermelada de
 - 1/2 taza leche condensada
 - Azúcar y canela al gusto
- ### PREPARACION
- Extiende con un rodillo las rebanadas de pan y corta las orillas
 - Unta de queso crema el pan y añade mermelada de zarzamoras y germinado
 - Enrolla y pasa por el huevo batido
 - Mezcla azúcar y canela
 - Finaliza bañando con leche condensada

Snacks para cualquier hora

ADEREZO

TRES RECETAS
LLENADORAS Y
MONCHOSAS PARA LUCIRTE,
Y QUE PUEDES REALIZAR
FÁCILMENTE DESDE LA
COMODIDAD DE TU CASA

Si se te acabaron las ideas de que llevar a la escuela (o compañía) estas recetas, que además de ricas, son fáciles de preparar. Hay para todos los gustos y presupuestos (pues algunas cuentan con ingredientes que tienes en casa y otros que son necesarios someterse a la búsqueda. No te chifles, que llevas de tres intentos todas y hazte con tus compañeros.

ESTIMULACIÓN

LAS BOTANAS pueden proporcionar un impulso de energía sostenible, mejorando la concentración y la productividad

BENTO DE MI VECINO TOTORO

INGREDIENTES

- 120 g de arroz
- 2 pescados perlarlo
- Aceite de oliva
- 100 g de filetes de peixe branco
- 1 edita de sake
- 2 edas de azucar
- 1 edita de sal
- 2 gotas de colorante rou
- 2 azufafios seco
- 50 semillas de edamame

PREPARACION

- Cuece el arroz en una olla
con agua y sal.
Mueve con una cuchara
de madera.
Pasa el arroz a una
bandeja y déjalo
enfriar.
Corta los tomates en
cubitos y los
pasa por el otro lado otros
5 minutos. Retira y escurre
sobre papel de cocina.



- Coloca agua a hervir en otra cacerola y añadir los filetes de pescado. Cuando el agua esté hirviendo, añade los tomates y el azúcar.
- Saltea los filetes en una sartén a fuego medio, luego añadir el tomate y el azúcar.
- Asegúrate de que esta última se deshaga bien y remover hasta que se haya evaporado todo el líquido.
- Agrega el colorante rojo y el agua para obtener el color deseado. reducir a fuego medio.
- Para montar el pastel, coloca en el fondo del molde una capa de pasta de arroz.
- Luego, añade una capa de la salsa de pescado.
- Acumula las capas de pasta de arroz y salsa de pescado hasta que el pastel tenga la altura deseada.
- Recuerda que puedes jugar con los ingredientes de tu preferencia.

EN GOTA O EN BROCHA ¡ÚSALOS COMO QUIERAS!®



Algunas **aplicaciones** entre miles®

- De que pega, pega... **KOLALOKA®**
- **KOLALOKA SÚPER GLUE®**
- **SÚPER GOTA GLUE®**
- **KOLALOKA** pega en segundos®

• **INSTANTÁNEOS, FUERTES Y PODEROSOS®**



Abrillanta, pega y endurece uñas®

Siempre debes traer Kola Loka Brocha contigo®

Uñas bellas para siempre®

Uñas de uso permanente®

¡Muy fácil de aplicar!®

¡Pasa la BROCHA y listo!®



Un BROCHAZO basta!®

• **REPARA PRACTICAMENTE CUALQUIER MATERIAL®**

Pégate al Fútbol®

- **¡EL PRIMERO, EL MEJOR!®**
- **¡¡A QUE NO TE DESPEGAS!!®**
- **Pega en segundos®**

SÚPER GOTA SÚPER GLUE®

Para pegados que requieren ajustes®



¡Cómpralos HOY mismo!® www.kolaloka.com

*Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración GMZ, S.A. de C.V. es propietaria y por lo tanto titular de las siguientes marcas y avisos comerciales, cuyos diseños se reproducen, marcados con el símbolo (R)®

¡LOS SÚPER HÉROES, USAN SUPER KOLE!®

¡PEGA INCREÍBLE!®



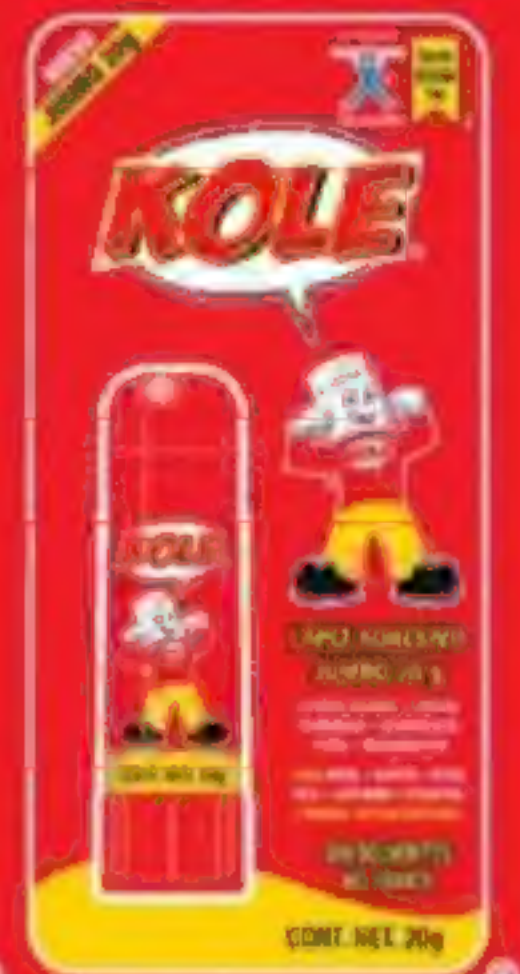
KOLE

Y

SUPER KOLE

LÁPIZ ADHESIVO GLUE STICK

PEGAMENTO BLANCO ESCOLAR



• **LÍMPIDO, FÁCIL, RÁPIDO®**



• **PEGATE A LA ESCUELA®**

• **EL MEJOR PEGAMENTO BLANCO CON UN SÚPER PEGADO®**



900g

440g

230g

120g

60g

30g

PÉGATE A LOS SÚPER HÉROES!!!®

¡sé un SÚPER HÉROE, USA SUPER KOLE!®

¡Cómpralos HOY mismo!® www.kolaloka.com

*Se hace del conocimiento que Servicios Corporativos de Administración GMZ, S.A. de C.V. es propietaria y por lo tanto titular de las siguientes marcas y avisos comerciales, cuyos diseños se reproducen, marcados con el símbolo (R)®

Muy atento y despierto



BRENDA MARQUEZHOYOS

ENCUENTRA EL TERMO PERFECTO PARA LLEVAR A LA ESCUELA TUS BEBIDAS FAVORITAS

Si eres amante del café y disfrutas de llevar tu bebida contigo a la escuela, la elección del termo es esencial para asegurar que se mantenga caliente. Con tantos modelos, escoger la opción ideal puede ser abrumador. Aquí te presentamos una guía con tips y características clave para elegir a tu próximo favorito.

TAMAÑO Y CAPACIDAD

Elige el tamaño del termo en función de tus necesidades diarias. Las tazas de viaje suelen venir en tamaños que van desde 12 a 32 oz. Considera tus actividades individuales o familiares.

RETENCIÓN DE CALOR

Uno bueno debe mantener las bebidas calientes o frías durante al menos 4 a 6 horas. La calidad del aislamiento es crucial; busca tecnología de vacío de doble pared para una retención eficaz del calor.



IDEAL

PARA que conserve el calor se recomienda que el café esté a 90-95°C antes de verterlo

TAPA

Puede ser abatible o de rosca. Ambas son efectivas, pero las versiones atornilladas son más seguras y duraderas. Asegúrate de que sea fácil de limpiar, no se caiga con facilidad y no tenga fugas.

ACCESORIOS

Algunos vienen con accesorios adicionales como bolsas de transporte, correas de sujeción o termos para alimentos que complementan al principal. Las tapas que se abren con un botón y sistemas de bloqueo antiderriames te facilitan la vida.

LIMPIEZA

La forma de la botella de los termos puede dificultar la limpieza. Opta por modelos de boca ancha. La facilidad de desmontar las piezas es importante para la limpieza.



CALIDAD

ALGUNAS marcas ofrecen garantías de por vida, respaldando la durabilidad de sus productos

DISEÑO

Si el aspecto es importante para ti, elige diseños elegantes de acero inoxidable o materiales que luzcan con un estilo metálico u opaco. Sin embargo, los simples también son ideales para aquellos que priorizan la funcionalidad sobre la estética.

MATERIALES

Opta por los fabricados en acero inoxidable para una durabilidad a largo plazo. La tecnología de vacío de doble pared garantiza una eficaz retención de temperatura y evita la condensación en el exterior. Algunas marcas ofrecen garantías de por vida, respaldando la durabilidad de sus productos. Ten en cuenta que las opciones más económicas hechas de plástico, vidrio o estaño, pueden agrietarse fácilmente y no retener el calor eficientemente.



Ideal para esos días con prisas

Cálido como en casa

ARIANNA BUSTOS

Te damos algunos consejos para mantener tus líquidos calientes por más tiempo

Las bajas temperaturas invitan a cualquiera a mantenerse tomando bebidas calientes, pero si se deja mucho tiempo el líquido en la taza, es probable que el contenido se haga hielo; para evitar que eso pase, tenemos un par de ideas que te harán prolongar la calidez de tu bebida.

Ojo, el éxito de mantener el contenido caliente por más tiempo depende de varios factores, por ejemplo, la temperatura inicial, el tipo de recipiente en el que se encuentra, y las condiciones ambientales.

Recuerda que la capacidad de retener el calor puede variar según la calidad de tu termo o taza térmica, por lo que es importante elegir productos de buena calidad si planeas utilizarlos con frecuencia.



RECOMENDACIONES

Usa termo o taza térmica

Prepara tu bebida a una temperatura más alta de lo normal

Precalienta el termo, taza o recipiente antes de verter el contenido

Llena el recipiente hasta arriba, cuanto menos aire haya, menos calor se perderá

Agita de vez en cuando y suavemente

Envuelve el vaso con una toalla o funda térmica para dar una capa adicional de aislamiento

Recurre a un plato caliente o una base térmica

Consumir azúcar en exceso

Puede causar **enfermedades graves y mortales**

6:05 p.m. Diabetes y daño renal :(

Elige
alimentos
saludables

#YoElijoSinSellos 6:07 p.m.

¡YA PREVISSSTE!
¡Ya la hiciste!



GOBIERNO DE
MÉXICO



ISSSTE
INSTITUTO DE SEGURIDAD
Y SERVICIOS SOCIALES DE LOS
TRABAJADORES DEL ESTADO

REGRESO A CLASES

Tenemos todo!



Tenemos todo!
Negocio • Escolar • Hogar

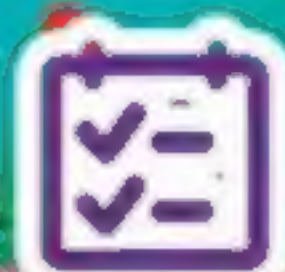


**3y6
meses
sin intereses**

Santander
y Citibanamex*

50 sucursales en el país

CDMX: Centro, La Obrera, Iztapalapa
EDOMEX: Toluca, Tlalma, Atlixpán,
Ecatepec, Tescoca, Naucalpan,
Chicaloapan, Nezahualcoyotl,
La Paz, Los Reyes
MORELOS: Abasco y Centro
PUEBLA: Centro, Los Volcanes,
Loma Blanca, Xicoman,
San Sebastián, Capu
QUERÉTARO: Constituyentes
MORELIA: Ventura puerta
PACHUCA: Autopista y Vicente segura,



Tú lista de útiles
súper completa



Variedad de marcas,
productos y precios



Aceptamos
Mí Beca para Empezar



*Para obtener los 3 meses sin intereses se aplica en una compra mínima de \$500 pesos y para los 6 meses compra mínima de \$1000 pesos.
Solo tarjeta participante Visa y Mastercard Citibanamex y Santander.
Vigencia hasta el 31 de diciembre del 2024. No aplica cambios ni devoluciones. Aplican restricciones